

マミースクエアはマタニティの方から3歳のお誕生日までの親子がご利用いただける施設です

2024



mamisuku だより 10月



10月のスケジュール

【開館：10時～16時 TEL 075-221-7439】

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1 AM: ※マミスク広場 PM: ※マミスク広場	2 休館	3 AM: あひる教室② PM: あひる教室①	4 AM: ぶちあひる教室	5 AM: パパママ ジュク PM: パパママ ジュク
6 休館	7 AM: ベビーマッサージ PM: 離乳食教室	8 AM: ※マミスク広場 PM: ※マミスク広場	9 AM: 親子リズム遊び	10 AM: あひる教室② PM: あひる教室①	11 AM: うさぎ教室	12 AM: マタニティヨガ
13 休館	14 休館	15 AM: ※大きくなあれ! PM: ※リフレッシュヨガ	16 AM: 親子リズム遊び PM: お誕生会	17 AM: あひる教室② PM: あひる教室①	18 AM: ぶちあひる教室	19 AM: パパママ ジュク PM: パパママ ジュク
20 休館	21 AM: ベビーマッサージ PM: 離乳食相談会	22 AM: ※マミスク広場 PM: ※マミスク広場	23 AM: 親子リズム遊び	24 AM: あひる教室② PM: あひる教室①	25 AM: うさぎ教室	26 AM: ※パパスク
27 休館	28 AM: ベビーマッサージ	29 AM: 風船で遊ぼう! イベント開催のためランチルームは使用できません	30 AM: 風船で遊ぼう!	31 AM: ※まちのきゅう しょくじつ	※印は「つどいの広場」事業です。	

教室名	曜日	時間	対象（年齢は目安です）	参加費	持ち物・備考	申込方法
離乳食相談会	月	14:00～15:00	離乳食中の方	無料	偶数月に開催	予約不要
お誕生会	水	14:00～15:00	全メンバー様	親子1組 1,100円 (税込)	ささやかなプレゼントをご用意しています。	マミスク広場
ぶちあひる教室	金	10:30～11:15	1ヵ月～5ヵ月	親子1組 550円 (税込)	お子さんの下に敷くバスタオル	★インターネット 予約システム お母様のID（産婦 人科診察券番号） でログインして下 さい。当日8時45 分まで受付、それ 以降の予約、キャ ンセルはお電話下 さい。 空席があれば当日 でも入って頂けま す。（お電話で確認 して下さい）
あひる教室	木	①14:00～15:00 ②10:30～11:30	①6ヵ月～9ヵ月 ②9ヵ月～1歳3ヵ月	親子1組 550円 (税込)	お子様もお母様も動きやすい服 装でお越しください。	
うさぎ教室	金	10:30～11:30	1歳～2歳8ヵ月 (移動が主に歩行の方)	親子1組 550円 (税込)		
親子リズム遊び	水	10:30～11:15	10ヵ月～3歳0ヶ月	親子1組 550円 (税込)	おみやげつき	
離乳食教室	月	14:00～15:00	離乳食を始める前に～	大人1人 1,100円 (税込)	ご希望の方にはお子さんに フッ素塗布を行います。	
歯の教室	月	14:00～15:00	歯が生え始める前に～	大人1人 550円 (税込)	持ち物は裏面をご覧ください	
ベビーマッサージ	月	10:30～11:15	1ヵ月健診後～ずりばいの間	お子さん1人につき550円 (税込)	大人1人 1,100円 (税込)	
マタニティヨガ	土	10:30～11:30 14:00～15:00	足立病院通院中の患者様 妊娠15週以降で、運動許可がでた妊婦の方	大人1人 550円 (税込)	大人1人 1,100円 (税込)	
※リフレッシュヨガ	木	14:00～14:45	0歳～2歳	大人1人 550円 (税込)	持ち物 飲み物・タオル	
パパママジュク	土	10:00～11:30 14:00～15:30	足立病院通院中の患者様	大人1人 1,100円 (税込)	妊娠20週以降のご夫婦	
※手遊び 絵本読み聞かせ	月～金	12:55～13:00 15:55～16:00		無料		予約不要
※マミスク広場	火	10:00～11:30 14:00～15:30	3歳までの未就園児の方	無料	時間内好きな時間	予約不要

スケジュールは変更の場合があります。・メンバー様対象 ・妊婦さん対象 ・つどいの広場事業

予約・参加費不要

予約・参加費必要

『ぷちあひる教室』

隔週金曜日 10:30~11:15 1ヵ月~5ヵ月
抱っこの方法、発達に応じた関わり方、遊び、赤ちゃんの体を強くする方法などをお伝えするとともに、ふれ合い遊びを行います。

『あひる教室』(月齢は目安です)

木曜日 ①14:00~15:00
ずりばいを促す遊び 6ヵ月~9ヵ月
木曜日 ②10:30~11:30
ハイハイを促す遊び 9ヵ月~1歳3ヵ月
ずりばいやハイハイを促す運動遊びと、歌に合わせた体操や手遊びなどを行います。

『うさぎ教室』(月齢は目安です)

隔週金曜日 10:30~11:30
しっかりと歩行や身体作りを促す遊び
1歳(移動が主に歩行の方)~2歳8ヵ月
運動遊びや知育玩具遊びを通して、身体機能を高め、手先の器用さや意欲を育てていきます。

『親子リズム遊び』

簡単な手遊びやリズム遊びなどを通して、音感やリズム感を楽しみましょう! お子様もお母様も動きやすい服装でお越しください。
時間: 10:30~11:15 対象: 10ヵ月~3歳0ヵ月

『ベビーマッサージ』

赤ちゃんのためのオイルマッサージです。赤ちゃんにも安心のオーガニックホホバオイル使用。生後1ヵ月(1ヵ月健診後)から、ずりばいの間にご参加下さい。予防接種後、48時間は避けて下さい。(時間厳守でお願いします。遅れて来られた場合、オイルが使用できない場合があります。)
時間: 10:30~11:15
持ち物: お子さんの下に敷くバスタオル、オイルを置くハンドタオル

『離乳食教室』

「おもゆ・おかゆの進め方」から始まり、後期への応用も教えて頂きます。森永製品のおみやげをお持ち帰り下さい。
講師: 森永乳業 栄養士

『歯の教室』 奇数月開催

ご両親に知っておいていただきたい、お子さんの健康な歯の育て方についてのお話です。色々な気になる子どもの歯の疑問を、歯科医師・歯科衛生士が解決します。
講師: 烏丸ビューティクリニック 歯科医師・歯科衛生士

『離乳食相談会』

離乳食をはじめたけれどもうまく進まない、量はこれでいい? 様々な悩みや不安にフリースタイルで聞く相談会です、ぜひご利用ください。偶数月に実施します。
担当: 森永乳業 栄養士

『風船で遊ぼう!』

大きさや形の違った様々な風船で遊んでみませんか。動く風船を追いかけてキャッチしたり、感触を楽しむ中で五感を豊かにし、生活に必要な力を育てていきます。

日時: 10月29日(火)・30日(水)
10:30~11:15

参加費: 550円
対象: 6ヶ月~3歳0ヶ月までのお子さんと保護者の方(各10組)

※予約システムよりお申込みください。



『まちのきゅうしょくしつ』

離乳食を作る様子を見ながら、月齢に合った硬さや味付けが学べます。できあがった離乳食を食べさせながら相談したり、保護者さんも味見していただけます。

持ち物: お食事グッズ(親子とも、子ども用スプーン・エプロン・着替え・保護者のお箸やスプーン等)、飲み物

日時: 10月31日(木) 10:15~12:00 先着10組

対象: 離乳食を開始されている0歳~1歳半までの親子
参加費: 800円 こちらからお申込みください。→



『パパスク』

「パパとおでかけ」 雨天中止

少し秋めいた季節の中で、パパと一緒に御所までお散歩しませんか。御所ではふれあい遊びや手遊び、交流会など日々の子育てについて話します。マミスク集合、御所で解散となります。

日時: 10月26日(土) 10:30~11:30 定員: 15組
対象: 0~3歳までの父と子 参加費: 無料

前日の午前9時までにこちらからお申込みください。→



『リフレッシュヨガ』

お子様連れで参加できるヨガ教室。ママのみでも親子でも参加OK。30分のヨガの後は15分の交流会。親子でのつながり場としてもご利用ください。持ち物: 飲み物・タオル 対象: 0歳~2歳

講師: ヨガインストラクター
足立病院女性検診センター 加藤あすか 原田香里 定員10組
前日の午前9時までにこちらからお申込みください。→



大きくなあれ! 15日(10:30~11:30の間好きな時間に)

「どのくらい、大きくなったかな?」お子さんの成長を記録しませんか? 体重計(20kgまで)と身長計をご用意します。
★ご予約・参加費は不要です!!

『10月生まれのお誕生会』

お子様のお誕生日は、「ママになった日」でもあります。皆様でお祝いしましょう! ささやかなプレゼントをご用意しています。
対象: 6ヵ月(2024.4月生まれ)・1歳・2歳・3歳のお誕生月のお子様

前日の午前9時までにこちらからお申込みください。→



〒604-0814

京都市中京区東洞院通二条上る壺屋町504番地

御所南グリーンマンション東洞院101号(地下鉄丸太町駅7番出口より徒歩3分)

Tel/Fax 075-221-7439



足立病院マミースクエア