



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



mamisuku だより

2024

12月

12月のスケジュール

【開館：10時～16時

TEL075-221-7439】

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2 AM: ベビーマッサージ	3 AM: ※マミスク広場 PM: ※マミスク広場	4 休館	5 AM: あひる教室② PM: あひる教室①	6 AM: ぶちあひる教室	7 AM: パパママ ジュク PM: パパママ ジュク
8 休館	9 AM: ベビーマッサージ PM: 離乳食教室	10 AM: ※大きくなあれ! PM: ※リフレッシュヨガ	11 AM: 親子リズム遊び	12 AM: あひる教室② PM: あひる教室①	13 AM: うさぎ教室	14 AM: マタニティヨガ
15 休館	16 AM: ベビーマッサージ	17 AM: ※マミスク広場 PM: ※マミスク広場	18 AM: 親子リズム遊び PM: お誕生会	19 AM: ※まちのきゅう しょくじつ	20 AM: ぶちあひる教室	21 AM: パパママ ジュク PM: パパママ ジュク
22 休館	23 AM: ベビーマッサージ PM: 離乳食相談	24 AM: ※マミスク広場 PM: ※マミスク広場	25 AM: 親子リズム遊び	26 AM: あひる教室② PM: あひる教室①	27 AM: うさぎ教室	28 AM: ※パパスク PM: マタニティヨガ
29 休館	30 休館	31 休館	12月29日(日)～1月5日(日)休館 1月6日(月)から開館します。			※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。	裏面QRコード
ぶちあひる教室	金	10:30~11:15	1カ月~5カ月	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カ月~9カ月 ②9カ月~1歳3カ月	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カ月 (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カ月~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下さい	
ベビーマッサージ	月	10:30~11:15	1カ月健診後~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)	妊娠20週以降のご夫婦
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、運動許可がた妊婦の方	大人1人 1,100円 (税込)	大人1人 1,100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 550円 (税込)	大人1人 550円 (税込)	裏面QRコード
※リフレッシュヨガ	火	14:00~14:45	0歳~2歳	無料	時間内好きな時間	予約不要
※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ヶ月~3歳0ヶ月

『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

『12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。皆さん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(2024.6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。→ 

『まちのきゅうしょくしつ』 参加費：800円

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：12月19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
こちらからお申込みください。→ 

『パパスク』

「パパとお正月遊び」

パパと一緒に手作りおもちゃで、コマ回しや凧揚げ、羽根つきを楽しみます。
一足早いお正月遊びを父子で楽しみませんか？
日時：12月28日(土) 10:30~11:30 定員：15組
対象：0~3歳0ヶ月までの父と子 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 定員10組
講師：ヨガインストラクター
足立病院女性検診センター 1F イカルシアウト 原田香里
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！ 10日(10:30~11:30の間お好きな時間に)
「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！！

『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か月(1ヵ月健診後)から、ずい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、オイルを置くバスタオル

〒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