

諏訪市

# 子育てサークル 紹介

子育て中のみなさんへ

諏訪市では、いろいろな子育て  
サークルが活動をしています。

サークルの内容を知って頂いて

興味があれば

サークルに参加してみてくださいね。

みなさんの参加を、

心よりお待ちしております！

発行：ひなどり保育園  
地域子育て支援センター  
諏訪市子育てサークル代表者会

## ひよこサークル

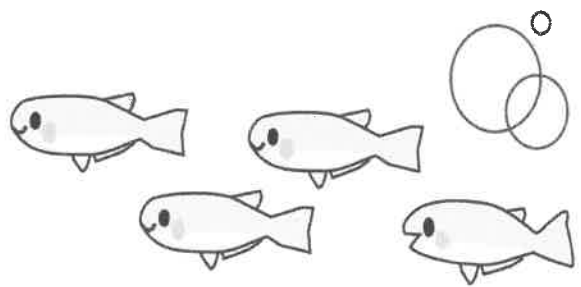


活動日 : 月1回 (火曜日が基本)  
活動場所 : 中洲公民館ほか  
参加費 : 年1,000円 (2人目以降は500円)  
連絡先 : 中洲公民館 0266-52-1924

季節ごと、いちご狩りや夏祭り、ハロウィン、クリスマス会などのイベントを楽しんだり、情報交換や悩み相談などのおしゃべり会を通し、親子交流をしています。  
子どもたちの成長を見守りながら、同じ年頃の子どもをもつ親たちが、同じ時間を過ごせたら・・・と思っています。  
一緒に素敵な時間、素敵な仲間づくりをしませんか??

## めだかサークル

活動日 : 毎週金曜日  
活動開始 : 10:30~  
対象 : 未就園児 親子  
活動場所 : ふれあいの家  
参加費 : 月/900円  
連絡先 : 大西 090-2228-5819



めだかサークルでは、歌や音楽にあわせて体を動かす、親子リズムを楽しんでいます。  
親子で一緒に親子リズムや遊んだりしていく中で、親も子も友達を作ったりゆったり子育てしましょう。  
サポーターさんもいるので、子育ての助言や子育て相談をしながら、一緒に楽しみましょう。

# ぽかぽかだっこ

～親子で体と心の満足タイム～



活動日 : 毎週火曜日  
活動開始 : 10時または11時より (年齢により異なります)  
対象 : 1歳～3歳のお子様と保護者  
活動場所 : ふれあいの家  
申込・問合せ : 伊藤 090-4083-1737

子どもから目と心を離さないでね。

本気で関わってね。

お友達と比較しないでね。

親子の関わり方のヒントをたくさんもらいながら、楽しく体操したり、親子で遊んだりするサークルです。なぜ、そうすることが大切なのか？子どもの気持ちを考え、一つずつ自分の心に落としながら笑顔で子どもと向き合い、おもいきり我が子を抱きしめられる時間を作りましょう！

# 美歯クラブ



活動日 : 月1回  
活動時間 : 10時～11時半頃まで  
※イベントにより集合時間が早まることもあります。  
対象 : 未就園児親子 ※諏訪市在中の方に限ります  
※検診、フッ素塗布は小学生のご兄弟まで受けられます！  
活動場所 : 諏訪市保健センター2階 多目的ホール  
参加費 : 1家族1,000円  
申込み : [beautifulteeth7@gmail.com](mailto:beautifulteeth7@gmail.com)

(安田までメールにてご連絡ください)

美歯クラブでは、「むし歯のない子に育てる会」として発足しました。むし歯に関する勉強会や、年2回の歯科医による検診・フッ素塗布を行い子どものむし歯予防について学んでいます。また心と体の健康も考え、講師をお招きして、楽しいイベントや歯に良い食事の試食会、クリスマス会なども行っています！！ご興味のお持ちの方、ぜひお気軽にお問い合わせください！！

# Happyサークル



活動日 : 平日午前  
活動時間 : 9:00~12:00の間  
対象 : お母さん全員 又は輝きたい女性  
活動場所 : ふれあいの家、その他  
参加費 : 1,000円~5,000円  
問合せ、申込 : 濱 奈緒美

TEL 090-1735-0626

sweet.angel15117@gmail.com

輝きたいママ、本当の自分を知って、人生を楽しんでみたいママ、リフレッシュしたいママの為のワクワク勉強会、ピラティス、予防医学的な講座などを毎月行っています。共通点ではなく、共感点を大切に開催しています。お気軽にお越し下さい。

Living Plus One

どなたでも気軽に来て下さいね  
※予約は不要です。

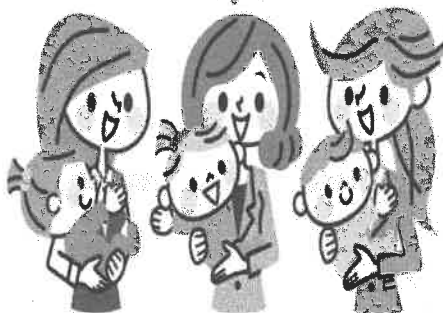
## ママ会

## おしゃべり サークル



毎日の子育て、「今日は誰とも話していないな…」と、ふと思うことはありませんか？  
だれかと話したい！  
聞いてほしい！聞いてみたい！  
不安がある…と思ったら、来てみませんか？  
だれでも参加できるママたちのおしゃべりする場所です。  
日頃の話し足りない気持ちをスッキリ解消！が目的です。

日程：毎月1回  
時間：10時~11時  
場所：いきいき元気館  
会議室



【問い合わせ】  
ひなどり保育園  
地域子育て支援センター  
TEL 0266-53-2408

問合せ: 30年ベテランの子育てサポート 島津 080-6937-1662  
: 3人子育て 現役ママ 北村 090-7834-3776