



藤枝おやこ館運営協議会
藤枝市前島1丁目7-10 BiVi 2階
開館時間 10:00～12:30、13:00～16:00
休館日 水曜日、年末年始など
電話 (054) 631-5780

予 要事前予約 (先着順)

電話又は来館時に予約してください 054-631-5780

1	木	年末年始休館日 12月29日～1月4日まで	
2	金		
3	土		
4	日		
5	月		
6	火	ひよこちゃんおはなし会 10:30～11:00	
7	水	休館日	
8	木		
9	金		
10	土		
11	日		
12	月		
13	火		
14	水	休館日	
15	木	産後ケアわかば～リフレッシュヨガ～	
16	金		10:15～受付開始
17	土		10:30～11:40
18	日		
19	月		
20	火		
21	水	休館日	
22	木	予 お楽しみ会～2歳児リトミック～	10:00～受付開始
23	金		10:15～10:45
24	土	予 みんなの相談会 ①10:00～②11:00～	
25	日		
26	月		
27	火		
28	水	休館日	
29	木		
30	金		
31	土		

子どもから目を離さないでください。
思わぬ事故につながります。

藤枝おやこ館だよりは
藤枝市役所ホームページ
からもご覧になれます



子育て相談&青少年の悩み相談

悩みはあなただけではありません。
語りながらちょっとひと息しませんか。
お気軽に受付スタッフにお申し出ください。
要予約 TEL054-631-5780

忘れものや落とし物はありませんか？

3ヶ月経過した忘れ物・落とし物は処分
させていただきます。
お帰りの際は、忘れ物・落とし物にご注意
ください。



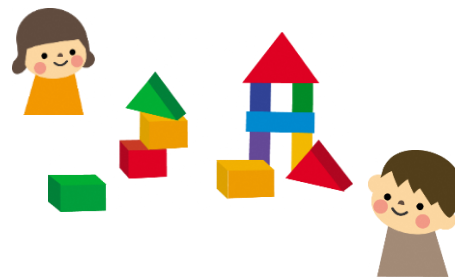
育児を応援する行政サービスガイド
『ママフレ』をぜひご活用ください



各種イベント詳細については、イベントごとの個別チラシをご覧ください。
ご不明な点などある場合には、藤枝おやこ館までご連絡ください。

藤枝おやこ館をご利用の皆様へ

- ・入館時、人数の制限があります。ご不便をおかけしますがご了承ください。
- ・利用可能時間を入館から 60 分以内とさせていただきます。
- ・午前中『ほっこりんの部屋』(和室)が使用できない日があります。
- ・藤枝おやこ館はボランティアによる運営を行っているため、ご家族に体調不良の方がいる場合にはご利用をお控えください。
- ・ごみの持ち帰りにご協力をお願いします。
- ・使ったおもちゃなどは各自で片付けましょう。



各種イベント



《ひよこちゃんおはなし会》

第1火曜日(8月を除く) 10:30～11:00

絵本、パネルシアター、手袋人形、紙芝居、
わらべうた、手遊びなど



《みんなの相談会》

第4土曜日 10:00～12:00

対象:子育てに関わっている保護者など
相談枠:①10:00～②11:00～☆託児あり

《子育てほっとたいむ》

偶数月第1木曜日 10:30～11:30

子育ての悩みや日々の出来事など
気軽に話しましょう。

子ども(ママ)の友達作りや情報交換なども出来たら
いいですね！

《食育相談 にこにこほっぺ》

偶数月第2火曜日 10:30～11:30

管理栄養士さんを囲んで気軽に相談できます。

《授乳期相談 すくすくほっぺ》

奇数月第3木曜 10:30～11:30(お休みの月あり)

助産師さんを囲んで 授乳・卒乳について気軽に
相談できます。妊娠中の方、母乳育児に不安の
ある方もどうぞ。赤ちゃんの体重も量れます。

《産後ケアわかば～リフレッシュヨガ～》

第3木曜 10:15～受付、10:30～11:40(年3回)

対象:生後2ヶ月～6ヶ月位の赤ちゃん和妈妈
ココロの悩みやカラダの辛さを我慢していません
か? 骨盤を整えるヨガの後、気持ちをラクにして
それぞれの体験を聞き合うイベントです。

《出張健康相談 えだっこルーム》

不定期開催 10:00～12:00

保健師、管理栄養士に相談できます。

《持ち物》①母子手帳

②バスタオル(身長、体重測定を希望する方)

《赤ちゃん遊ぼう A in おやこ館》

不定期開催 10:30～11:30

対象:首のすわった子～つかまり立ちの子
『くるん』がやってくるん♪

予約電話は支援センターくるんへ

054-636-7780



《季節のイベント》おやこ館まつり、七夕飾り、クリスマスウィーク、鬼のまとあてなど

《お楽しみ会》わらべうたで親子あそび、リトミック、リズムであそぼう!・みんなでうたおう♪など

