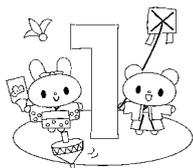
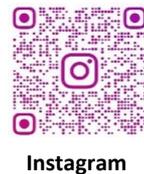


ハルモニア 広場だより



今治市つどいの広場
ハルモニア広場
〒794-0821
今治市立花町2丁目6-11
TEL 0898-24-2370
Mail harumonia,hiroba@gmail.com



2026. Vol.244

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5 赤ちゃん広場	6	7 (ねぞうアート)	8 B P 赤ちゃん広場	9 ミーティングのためお休み	10 異年齢交流
11	12	13	14 (ねぞうアート)	15 B P 赤ちゃん広場	16	17 異年齢交流
18	19 赤ちゃん広場	20 音楽の日	21 (ねぞうアート)	22 B P 赤ちゃん広場	23	24 異年齢交流
25	26 赤ちゃん広場	27	28 (ねぞうアート)	29 B P 赤ちゃん広場	30 誕生会	31 異年齢交流

明けましておめでとうございます。今年もよろしくお祈りします。

赤ちゃん広場

毎週 月曜・木曜
まだ歩いていないおおむね1歳までのお子さんが対象です。
※上のお子さんをご遠慮ください。
ハイハイできる子が集まった日は、ハイハイレースしまーす！！



音楽の日

1月20日(火)10:30～
生演奏に合わせて歌って手遊びをするよ。



広場の利用について

※予約はいりません。
AM9:30～12:00
PM1:00～3:30
食事はできませんが
飲み物はOKです！
2Fのお部屋でも相談を受けつけています。
(0898)23-7003

誕生会 1月30日(金)11:00～

1月生まれのお友達 遊びに来てね♡
※手型・足型の誕生カードを作るので少し早めに来てね！！



ねぞうアート

毎週 水・木
可愛いお写真を撮りませんか♡



地域交流

立花幼稚園に遊びに行きませんか？
1月14日(水)、1月28日(水)
※広場で申し込みはできますが、スタッフは同伴しません。



今月のえほん

わんニャン
きむらよしお さく

災害に備え、随時避難訓練を実施しています。



ハルモニアの おへやより

1月号

利用者支援事業 ハルモニアのおへや
＜Mail アドレス＞
harumonia-
riyousya@circus.ocn.ne.jp
相談専用ダイヤル：0898-23-7003



明けましておめでとうございます。

寒い日が続く、インフルエンザの流行も聞こえてきます。体調に気をつけながら本年もどうぞよろしくお願いたします。

★ 1月の定例健康相談★

中央保健センター

午前：7日・28日

午後 20日

『七草の日』

七草の日は一年の無病息災(病気にならずに元気に過ごせること)を願う日です。春の七草を入れたおかゆ「七草がゆ」を食べます。年末からお正月にかけてお餅やおせちやご馳走を食べたお腹を休ませてあげる日でもあります。最近ではスーパーでも七草がゆのセットも売られていますね。胃腸もちょっと休息するといいかも…

『インフルエンザが 流行っています』

インフルエンザ予防には粘膜を丈夫にする ビタミンA(緑黄色野菜、レバー) 免疫力を高めるビタミンC(柑橘類、キウイ)、免疫細胞の働きを助けるビタミンD(鮭、キノコ類、卵黄など) 腸内環境を整える発酵食品(ヨーグルト、納豆)、免疫細胞の材料となるタンパク質(肉、魚、卵、大豆食品)などをバランスよく取りましょう。また、緑茶や紅茶もウイルスの活動を抑制する効果が期待できます。

利用者支援事業

『ハルモニアのおへや』
(ハルモニア 2階)

子育てをされていて、どこに相談すればいいのか迷った時は、子育て支援コーディネーター(公認心理師・臨床発達心理士・言語聴覚士)にご相談ください。あなたのお話を伺い、一緒に考え、必要な時にはあなたに合ったサービスや専門機関にお繋ぎします。妊娠中の方、子育て中の方ならどなたでも利用できます。いつでも気軽にご相談ください。

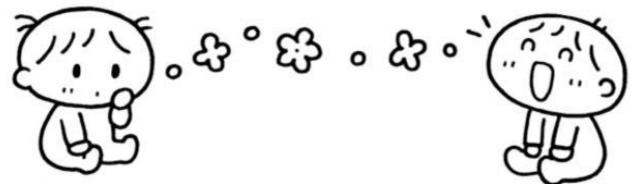
○相談は無料

○秘密厳守。安心してご利用ください。

○どこにいても、電話で相談できます。

相談専用ダイヤル：0898-23-7003

『こんなことをきいてどうかしら?』なんて思わないで、ご連絡をください。



プレママひろば

※1月19日(月) 10:00~11:30

場所：中央保健センター

開催 1週間前までに

申し込みが必要

問合せ先 こども家庭センター

(市役所5階ネウボラ政策課内)

TEL (0898-36-1553)

◎託児あり

