

いの町地域子育て支援センター ぐりぐらひろば

☆ いつものひろば ☆

- ◇開所日：月～金曜日（土日・祝祭日は休み）
- ◇時間：9：30～15：00
- ◇場所：いの町地域子育て支援センター “ぐりぐらひろば”

いの町総合健康センター内（仁淀病院東向かい）

帽子・水分補給用の飲み物・ビニール袋等をお持ちください。

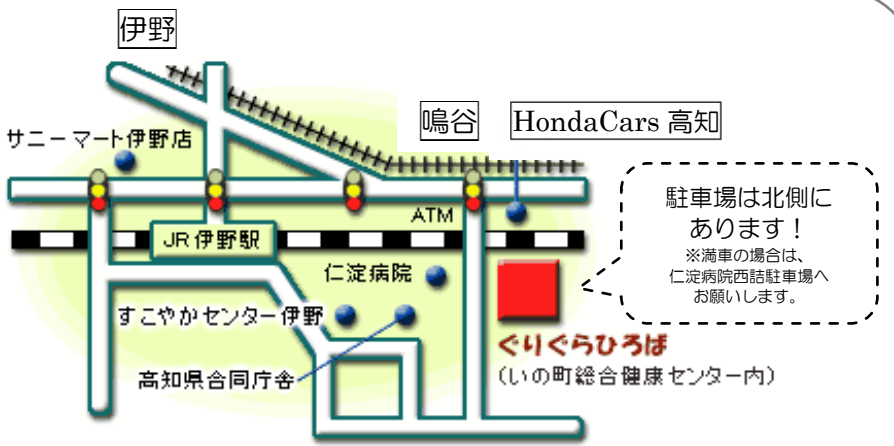
※ジュースやゼリー類はご遠慮ください。

♡ プレママほっとルーム（2F）♡

ひろば開所時間内、いつでもご利用できます。
産前産後のママたちが集えるカフェのような
お部屋です。妊娠期や赤ちゃんのことを知る
DVD や図書もご用意しています。



ぐりぐらひろばは、託児施設ではありません。
お子様の安全を見守りながらご利用ください。



駐車場は北側に
あります！
※満車の場合は、
仁淀病院西詰駐車場へ
お願いします。

ぐりぐらひろば
(いの町総合健康センター内)

～ 妊娠期から利用できる親子のひろば ～

4月ぐりぐらつうしん

No.305
2026年4月発行



☆ 行事予定 ☆

《 行事開催日も、通常のひろばとしてお過ごしいただけます 》

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			図書貸出再開	受付終了 さんぼ		お休み
5	6	7	8	9	10	11
お休み			こいのぼり作り (～5/1まで) 農福市場 12:00～12:30 ※あつたかられあいセンター		要予約 子どもの健康・ 子育て相談①	お休み
12	13	14	15	16	17	18
お休み	避難訓練 ※経路等説明	要予約 (ぐりぐら講座) ママのための ヒーリングヨガ			ホッとサロン① 10:00～11:30 ※地域のボランティア さんが開催しています♪	お休み
19	20	21	22	23	24	25
バレンタインDAY① 9:30～12:00		ほけん福祉課主催 ☆保健師さんによる おやこっきたいむ(育児相談) はじめてさんのひろば①		要予約 (産前産後のほっと講座) わらべうた ベビーマッサージ	はらべこ会① ～ママとパパの 読み聞かせ～	お休み
26	27	28	29	30	5/1	5/2
お休み		要予約 さんぼ	昭和の日			お休み

【5月はじめの行事】
12日(火) 10:00～11:00頃 さんぼ 要予約(6組程度)
13日(水) 12:00～12:30 農福市場(あつたかられあいセンター)※11:45頃出発します♪

～ ぐりぐらひろばをご利用される皆さまへ ～

- ・ご利用前の検温にご協力ください。
- ・発熱や風邪症状等がある場合、又はクラス閉鎖等になっている場合は、ご利用をお控えください。(解熱後24時間以上経過後、ご利用ください。)

【申し込み・問い合わせ】

いの町地域子育て支援センター
ぐりぐらひろば

〒781-2110
高知県吾川郡いの町 1510-1
TEL/FAX: 088-892-3151



こちらからも
ご覧いただけます♪



INO_GURIGURAHIROBA



ぐりぐらひろばH.P



るんぷ
対象施設☆



こうちプレマnet
妊娠・出産・子育て応援サイト

ようこそ！
ぐりぐらひろばへ

“ぐりぐらつうしん”を手に取ってくださり
ありがとうございます♡
地域の公園のように、親子が気軽に利用できるひろばです。
妊婦さんやパパの利用も大歓迎！
子育てにもぜひご利用ください。

皆さんとの出会いを楽しみにしています♪



乳幼児用の
おもちゃが充実♪



乗り物に乗って
のびのび遊べる♪



お天気の良い日には
テラスやお庭遊びも♪

講座&行事のご案内

要予約(3組程度)

10日(金) 13:00~13:50

子どもの健康・子育て相談①

仁淀病院小児科の倉繁 迪先生をお招きします。
地域の先生に気になることを気軽に聞ける機会です。

ぐりぐら講座

要予約(7組程度)

《対象：産後6か月以降の親子》

14日(火) 10:00~11:30

◆ママのためのヒーリングヨガ

講師：牧野 共美 先生(認定ヨーガ講師)
ヨガで身体を整え、リラックスしませんか？
*母子手帳・バスタオルをご持参ください。

当日参加OK!

17日(金) 10:00~11:30

ホットサロン①(地域ボランティア主催)

「妊婦さんや子育て中のママ&パパ(ご家族の皆さん)にホットするひとときを♡」という、地域のボランティアさんの思いから始まった集いです。ステキな玩具や飲み物などをご用意していますので、お気軽にどうぞ♡

19日(日) 9:30~12:00

パパDAY①

パパとお子さん限定の半日開所です♪

*お子さんの年齢層が広がる事が予想される為、安全面への配慮から乗り物のおもちゃは、お休みさせていただきます。

当日参加OK!

ぐりぐら講座などでいただいたご要望へのお返事を、ひろば玄関先の正面右側(テラス出入り口)に掲示しています。是非ご覧ください♪

予定している講座や集いを中止又は延期する場合があります。実施状況の詳細は、ぐりぐらひろばまでお問い合わせください。

4月8日(水)~5月1日(金)
9:30~14:00頃

期間中、親子で簡単なこいのぼりの製作ができます♪

当日参加OK!

21日(火) 11:00~11:30

はじめてさんのひろば①

保健師さんたちによる、おやこっこたいむ(育児相談)後に開催します。
プレゼントのお引換えの機会にもぴったり♪

産前産後のほっと講座

要予約(8組程度)

《対象：妊婦さんから産後6か月頃までの親子》

23日(木) 10:00~11:30

◆わらべうたベビーマッサージ

講師：畠山 あゆみ 先生(保育士)
*母子手帳・バスタオルをご持参ください。

要予約(8組程度)

28日(火) 10:00~11:00頃

さんぽ *行先は検討中です。お楽しみに!

*天候や気温等によって散歩を見合わせる場合があります。

おしらせ

利用登録について

従来利用していただいていた方につきましても、4月から再登録の手続きが必要になります。お手数をおかけしますが、ご協力をよろしくお願いいたします。

パパDAY&休日開所(前期)のお知らせ

開所日数が
増えました♪

下記の通り、毎月開所しています。この機会にぜひ遊びにお越しください。
パパはもちろん!ご家族でのご利用も大歓迎です♪

パパ限定	予約者限定	パパ限定	パパ限定
【パパDAY①】 4月19日(日) 9:30~12:00 ・パパがお子さまを独りじめできるチャンス! ・パパと一緒に、可愛いこいのぼりを作ろう♪	【休日開所①】 5月17日(日) 10:00~12:00 ・休日のおでかけ場として、気軽にご利用ください。 ・ご家族で参加できるイベントを企画中です♪ ※詳細は後日お知らせ!	【休日開所②】 6月6日(土) 9:30~12:00 ・休日のおでかけ場として、気軽にご利用ください。 ・雨の日も室内でのびのび遊ぶことができます!	【パパDAY②】 6月21日(日) 9:30~12:00 ・パパがお子さまを独りじめできるチャンス! ・パパが参加できるミニ講座も企画中です♪
予約者限定	パパ限定	予約者限定	予約者限定
【休日開所③】 7月中旬以降(日) 10:00~11:30 ・休日のおでかけ場として、気軽にご利用ください。 ・いちごサークルさんが子育てと地域の方が一緒に楽しめるイベントを企画中♪	【パパDAY③】 8月9日(日) 9:30~12:00 ・パパがお子さまを独りじめできるチャンス! ・手作りおもちゃ作りにチャレンジしよう♪	【休日開所④】 8月22日(土) 9:30~12:00 ・休日のおでかけ場として、気軽にご利用ください。 ・暑い日も室内でのびのび遊ぶことができます!	【休日開所⑤】 ~ファミリー講座~ 9月27日(日) 10:30~11:30 ・子育て家庭と地域の方が一緒に楽しめる音楽会を今年も企画中です♪ ※詳細は後日お知らせ!

・パパDAY・休日開所は、時間内いつでもご利用できます。
・イベント内容によって、予約者のみのご利用となる場合がありますので、ご了承ください。
・食事はお控えください。(ご希望の方には、お近くの公園等をご案内します)



つきとキャベツ ~キャベツとベーコン煮~

(レシピ提供者: sanpou)

【材料】

キャベツ…半玉くらい
ベーコン…適量
コーン…お好みで
水…600ml
固形コンソメ…2個
塩コショウ…適量

- ①キャベツ半玉の形を崩さず、ざく切りにする。
- ②お鍋で沸騰させた水にコンソメを溶かし、キャベツ・ベーコンを入れてよく煮る。
- ③キャベツが柔らかくなったら、適量の塩コショウを入れる。
- ④完成! 食物繊維を取りたい時にぜひ〜♪

春の「おうちでつくる」
製作キットを配布中です!
今年度も季節ごとに
配布します♪
お楽しみに~



今年度のぐりぐらつうしんは、利用者の皆さんやスタッフから手軽に作れる時短レシピを紹介します。
忙しいママやパパに伝えたい我が家のレシピ大募集~☆