

# 12 BLOOM

AM9:30~PM4:00(月~金)

みらい平市民センター2階

住所 つくばみらい市陽光台3-9-1

電話 0297-44-8015(ヤッホー行こー)

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3 <b>※要予約</b> クリスマス特別企画① 15:00~	4 親子ピクス 10:30 ~11:30	5 <b>※要予約</b> WARA リズム	6	7
8	9 1歳わくわく教室 10:00~11:00 <b>※対象者のみ</b>	10	11 <b>※要予約</b> クリスマス特別企画② ①10:00~ ②11:00~	12 巡回育児相談 (歯科衛生士・栄養士)	13	14
15	16 0歳タイム	17	18 パン販売	19 1歳タイム	20	21
22	23 2・3歳タイム	24	25	26	27	28
29	30	31				

## ○親子ピクス(4日) 10:30~11:30

日本親子体操協会 親子認定インストラクターの穂戸田美聡先生が親子でふれあいながらの運動や体操、大人向けには、肩こりや腰痛予防・緩和に役立つ筋力トレーニング法も教えてくださいます。  
**親子共に動きやすい服装と飲み物を持参してお越しください。**

## ○WARA リズム(5日) **※要予約**

WARA リズムインストラクターの川上佐知子先生による発達をエクササイズにした赤ちゃんの体幹トレーニング!

- ① 寝返り前 9:30~ ②寝返り期 10:00~  
③ すりばい期 10:30~ ④ハイハイ期 11:00~

4段階のお子さんが対象です。

**親子共に動きやすい服装(ズボン等)でお越しください。また、寝返り前の方のみ、バスタオルをお持ちください。**

**※1月のWARA リズムは1月9日(金)に開催予定です。**

**予約は12月1日(月)から子育て支援アプリ「まるっと!子育て予約システム」にて受付します。**

## 0歳タイム 10:30~14:00

※10:30~11:30 は予約制の離乳食教室を部屋の一部で行います。予約されていない0歳の子もその時間遊ぶことができます。

## 1歳タイム/2・3歳タイム 9:30~11:30

年齢別タイム開催します!! 時間内は自由に入りが可能です。この機会に、年齢の近い子が集まって、お友だち作りや育児の困っていることなどをスタッフや他のママと話しましょう♪

守谷市『D-works』による

## ・パン販売(18日) 11:10~11:40

季節に合ったメニューもたくさんあり、いつも好評♪もぐもぐスペースで食べることもできます♪昼食やおやつにいかがですか♪

## ○1歳わくわく教室(9日) 10:00~11:00 **※対象者のみ**

保健師や管理栄養士による発達や離乳食完了の話が聞けます。誕生月のお子さんが対象。

事前におやこ、まるまるサポートセンターより郵送にてご案内が届きます。**※対象以外のお子さんは11:00以降から遊べます。**

## ○巡回育児相談(12日) 10:00~11:30

今回は、**歯科衛生士と栄養士**が来室します。特に相談が無い方も、これからのお子さんの成長・発達のためにお話をぜひ聞きに来てみてくださいね♪

## クリスマス特別企画

12月はBLOOM内が終日クリスマスの雰囲気になります♪また、下記の時間にBLOOMにて特別プログラムも開催します♪

★3日(水) 15:00~15:40 Enaさんによる「ピアノ ヒーリングヨガ」

★11日(木) 10:00~10:40 //

11:00~11:40 //

**※動きやすい服装(ズボン)でお越しください。**

★予約について★ 各日程**定員10組**になり次第終了とさせていただきます。

11月26日(水)~ BLOOM来室にて予約開始

## 出張子育て支援室 フラワー

★保健福祉センターは、入口から入り奥のプレイルームまでお進みください。

★出張フラワーでは、じっくりと遊びを楽しむことができます♪そのため、ママ・パパもゆったりと過ごせます。

## 月曜日(保健福祉センター)

1日

8日

15日

22日

AM9:30~12:00

PM1:00~4:00

月)保健福祉センター

\*問い合わせはBLOOMへ

## ★子育て支援室の利用対象者について★

これまで市内在住の方のみでしたが、4月から『保護者の実家が市内在住』  
『保護者の兄弟姉妹が市内在住』  
『保護者が市内在勤・在学』  
『お子さんが在園』の方も対象に！

## ※予約制イベントはこれまで通り市内在住の方のみです。

- \*基本はどの日も自由参加になります。お子さんやお母さんの出会いの場としてお気軽にご利用ください。イベントは予定の活動時間が記入されているので、お確かめの上お出かけください。
- \*育児相談は、随時行っております。食事、トイレトレーニング、ことば、こどもやママのこころのことなどについては保育士が対応しますのでお気軽にお越しください。
- \*もうすぐママ・パパになるマタニティママ・パパもどうぞ！

## ★ ご利用について ★

- \*BLOOM 内は水分補給ができます。おやつや食事はもぐもぐスペースがありますのでご利用ください。
- \*解熱や嘔吐・下痢の後24時間以上経過していない場合のご利用はご遠慮ください。
  - ・37.5℃以上の発熱や咳、鼻水等の体調不良が確認された場合、退室若しくは参加をお断りさせていただく場合もあります。あらかじめご了承ください。
  - ・来室されるお子さんの学校・幼稚園・保育園(所)等が学級閉鎖になっている期間中のご利用はご遠慮ください。
- \*事故防止のため、駐車場では、必ずお子さんと手をつないで歩きましょう。  
イヤイヤ期もありますが、『危ない所では手をつなぐ』という習慣を毎日積み重ねていきましょう！

支援室は、ママやパパがほっとできる場所になればら☆と思っています  
す。ママやパパ、子育て支援スタッフみんなで支えあって子育てを楽しみ  
ましょう。



**BLOOM**

**Instagram**



TSUKUBAMIRAI.BLOOM



**フラワー**

**Instagram**

@TSUKUBAMIRAI.FLOWER