令和8年 10 月1日発行

五所川原市柳町１４－１柳町壱番館１０１
080－9254－4342
開設時間　10：00～17：00
月～金、（月１回の日曜開催）

子育てステーション“すてっぷ”通信

※NPO 法人子どもネットワーク・すてっぷ HP
こちらから　→

10 月

ご利用は予約制で2時間以内になります。
電話かラインからご予約下さい。

《今月のお休み》
12 日（月）スポーツの日
15 日（木）　定休日
《日曜開催》18 日チカパン

この色の日開催

子育てステーション“すてっぷ”は、子育てする皆さんの身近な居場所として、子育てに役立つ情報をお知らせします
親子で遊びに行ける場所や子育て支援情報、幼稚園・保育園・認定こども園の情報、お子さんの発達相談、専門機関への相談のお手伝いなど、お子さんを遊ばせながらご利用できます。
どうぞお気軽にご利用下さい(^-^)

企画参加希望の方は
LINE か電話でお申し込み下さい♡

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3 ゆったり～の 卓球で遊ぼう	4
5 オータムフェスティバル	6 しゃべっちゃOH！	7	8 ニット café	9 産後ケアヨガ	10 ゆったり～の	11
12 スポーツの日	13	14	15 定休日	16	17	18 チカパンのパントTIME
19	20	21	22 ニット café	23	24 ゆったり～の	25
26 あつまれ企画「計測の日」	27	28	29	30 みんなでランチデー	31	

しゃべっちゃOH!

■ 10 月 6 日(火) 10:30～12:00
■場所…ステーション
【市長と話したい五所川原の子育て！】
五所川原で子育てしていて普段感じていることなど、市長とお話しませんか？ラフな雰囲気で語り合える場です。この機会に是非ご参加下さい。

ハートネットを作ろう
『卓球で遊ぼう！』

■ 10 月 3(土)14:00～15:00
■場所…中央公民館　1 階大ホール
卓球台を出して卓球を楽しもう！卓球の先生が教えてくれるのでママやパパも一緒に遊べます❤
小さい子はボールをいっぱいころがして遊べますよ～

チカパンのいっしょにパントTIME

■ 10 月 18 日(日)13:30～14:30
■場所…オルテンシア小ホール
パントマイムって何にもないけどなんでもある
ふしぎでたのしいカラダのあそび！！
みんなでいっしょに笑ったり驚いたりしましょう！
※整理券が必要です。ステーションに申し込んでね

ゆるやかな産後ケアヨガ

■ 10 月 9 日(金)　14:00～15:00
■場所…ステーション
講師：澁谷るり子さん(ヨーガ療法士)
心も身体も整えられ骨盤底筋強化、
尿漏れ対策にもなり
ます。お家でもできるプログラムを教えます

あつまれ企画

計測希望の方は「母子手帳」と「バスタオル」をご持参ください

【助産師さんの計測の日】
■ 10 月 26 日(月)　10:00～12:00
■場所…生き活きセンター
※身長・体重を測定したり助産師さんに産後の気になる事あれこれ相談が出来ます
【お楽しみ企画】あります（こちらの参加だけでも OK！）
☆手形・足形をとってお子さんの成長のミニアルバムをつくりましょう！（アルバム台紙差し上げます）

ニット café

■ 10 月 8・22 日(木)　10:00～12:00
■場所…ステーション（3 人位）
かぎ針編みを楽しむ時間です。
初心者さんでも大丈夫！
先生が優しく教えてくれます。
初めてさんには毛糸と針をお貸しします😊

みんなでランチデー

■ 10 月 30 日(金)11:00～12:30
■場所…ステーション
おしゃべりしながらみんなでお昼ご飯を食べませんか？お弁当持参 OK
出前をとってもいいかなぁ～

ブログ見てね！
ステーションの様子や子育て情報など書いています

LINE 登録しませんか
LINE から予約や問い合わせが出来ます

Instagram
企画の様子等載せています