子育てのあれこれ…みんなどうしてる？「HUG くみ利用者に聞いてみた！」

アンケートまとめ

産前からの モノとココロの準備

産前から準備していてよかったモノの準備

1位 授乳クッション

★授乳クッションの代替にYogibo(ヨギボー)オススメ!Yogibo(ヨギボー)は値段が高いけどずっと使える!

★「マイベストフレンド」というメーカーがオススメ。しっかりした生地で安心!

★腕に負担なく授乳ができるよ!

2位 バウンサー

★ワンオペ育児でのお風呂の待機に助かった

★軽くて持ち運びもしやすいよ!

★電動式のバウンサーもオススメ。楽チン!

その他の意見も…

オムツシートの代替えに! ペットシーツ

★ペットシーツは、コスパが良い! 新生児の赤ちゃんのうんちは思っていた以上に飛びます! おむつ替えに助かりました!

バスタオル

★入院中、枕の高さを変えたり腰の下に入れたり色々使えました!

ポケット Wi-Fi

★入院中、ネット環境がなく、携帯使用するとき助かった!

抱っこひも

★新生児から使える抱っこひも! よく眠ってくれました。早い段階で準備をした方がいい!

産まれてから、ネットショッピングを活用したという人が多数! 入院中、産院にある育児グッズを試して、良かったら同じものを購入している人もいたよ。

産前からやってよかったココロの準備

1位 出産、産後のイメージをする

★HUG くみのマタニティ行事に参加したとき、先輩ママの話が聞けて、陣痛や出産のイメージがわいた

★痛みを逃す最大の秘訣「生まれてくる赤ちゃんを応援すること」を妊娠中からイメージしていました

★赤ちゃんとの暮らし、出産入院時の生活、日々のルーティーン動画、月齢ごとの動画などを見たりHUG くみの先輩ママの話を参考にしたりして、心の準備をした。

★出産時の呼吸法は、HUG くみのマタニティヨガで教えてもらい役に立った。

2位 サポートの準備

★頼れる人には遠慮なく頼った!

★夫以外に頼る人がいないので、もしもの時に備えて子育てサービスの登録をした。安心!

★サポートしてくれる人と子育ての意見をすり合わせた!

★妊娠中から夫の家事力をupさせた

★HUG くみに通って、子育てサポートの情報収集をした!

その他の意見も…

こどもの名前

★候補をしぼっておいた方がいい! 産まれてきた子どもの顔を見て最終的に決めた

妊娠中から HUG くみに通う

★あかちゃんと接したことが無かったので、利用しているあかちゃんを抱っこさせてもらい一気に親になる実感がわいた!

★産前から通い、HUG くみで知り合いができ、産後も通いやすかった!

テンションが上がる 育児グッズをそろえる

★あかちゃんの服など、1番は、ママの好みで買うとテンションが上がる! (洗濯時も癒されるよ～)

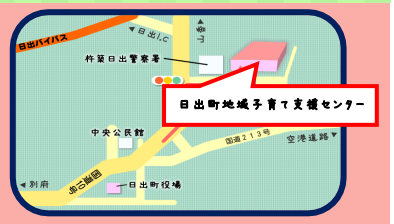
出産、産後のイメージ作りをしてよかったという意見が多く出ました。妊娠中は、ピンと来なくても産まれてから「このことだったのか～」と納得することもたくさんあるはず!

日出町地域子育て支援センターHUG くみ

(〒879-1502　速見郡日出町藤原 2277 番地 1　)

0977-85-8820

kosodate@hiji-syakyo-k.jp



日出町地域子育て支援センターHUG くみ

HUG くみだより

2023 年 12 月号
2024 年 1 月号

HUG くみ公式　ホームページ
http://hiji-syakyo-k.jp/

HUG くみ公式アカウント
@hijisyakyo_kosodate

友だち追加

地域の子育てサービス紹介

地域で子育て! みんなで子育て!

託児&送迎サービス「ファミサポ」利用してみませんか??

ファミサポ 託児

依頼理由　**歯医者(通院)のため**
あずかり場所　**HUG くみ**

ファミサポで一番多い依頼理由です! 依頼理由は何でも OK! 美容室や、リフレッシュなどで利用する方も増えています!

私が担当しました!

少しでもママたちの役に立てたら…という想いでやっています。次にお会いした時のお子さんの成長が楽しみです!!

まかせて会員 M さん

ファミサポ 託児

依頼理由　**仕事のため(オンライン)**
あずかり場所　**おねがい会員宅**

最近は、オンラインの仕事の時の依頼も増えてきました。また、求職活動での預かりや、短期の仕事などで預かることもできます!

私が担当しました!

毎回、赤ちゃんに癒されながら託児をしています!

まかせて会員 T さん

ファミサポ 交流会 開催します!

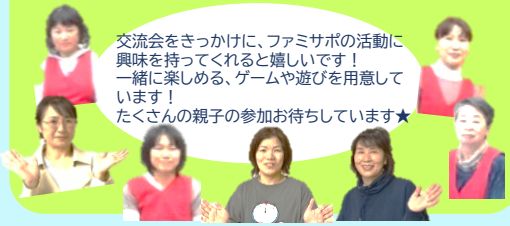
まかせて会員　おねがい会員

★ おりがみでリースつくり
★ さかなつり
★ バルーンアート
★ 絵本コーナー　など

様々なあそびのブースがあるよ!

日　時　**12 月 12 日(火)　10:30～11:30**
交流タイム(活動紹介、大型絵本の読み聞かせなど)
11:00～スタート
場　所　日出町保健福祉センター内
参加費　無　料
対　象　乳幼児親子

主催:ファミサポ「まかせて会員」のみなさん



交流会をきっかけに、ファミサポの活動に興味を持ってくれると嬉しいです! 一緒に楽しめる、ゲームや遊びを用意しています! たくさんの親子の参加お待ちしています★

ファミサポ 送迎

依頼理由　**産後のため**
送迎場所　**きょうだい児の園への送迎**

産後の期間、上の子の園への送迎をしてほしいという依頼が増えています。産後すぐ送迎ができるように、妊娠中からでも申し込みすることができますよ!

私たちが担当しました!

園での出来事をお話してくれたり、一緒に歌ったり楽しい時間でした!

まかせて会員 S さん

継続活動なので、お子さんの成長を感じることができ毎回、楽しみでした!

まかせて会員 A さん

日出町ファミリー・サポート・センター

場所	受付時間	利用料金
保健福祉センター内 日出町社会福祉協議会	平日 9:00～15:00	平日(7:00～19:00) 1 時間 600 円 土日祝(上記以外の時間) 1 時間 700 円

申し込み問い合せ　0977-85-8899

HUGくみ 行事カレンダー

行事の申し込みは２週間前からです

2023年 12月

月	火	水	木	金	土
				1	2
4 産後 de ヨガ 11:00～12:00 参加費 200 円	5 親子リトミック教室 11:15～12:00	6 WAKUWAKU つみきくらぶ 11:00～12:00	7 HUG 育トーク 13:30～15:30 託児あり	8 栄養士と座談会 10:15～11:45 託児あり 発達障がい児を持つ親と共に歩む会 つむぐ茶話会(小学生以下) 10:00～12:00	9
11 子連れ de ヨガ 11:00～12:00 参加費 100 円	12 マタニティ・ヨガ 11:00～12:00 参加費:300 円	13 えいごであそぼ! Peek-a-boo 11:00～11:30 申し込み不要	14	15 助産師相談日 10:00～12:00(1人30分) うさこちゃんのクリスマス おはなし会 11:15～11:45	16
18 産後 de ヨガ 11:00～12:00 参加費 200 円	19 歯科衛生士相談日 10:00～12:00 (1 人 30 分)	20 てしごと工房 10:15～11:45 参加費:300 円 託児あり	21	22 ベビマ・レッスン HUG くみ♪ 11:00～12:00 受加費:100 円 発達障がい児を持つ親と共に歩む会 つむぐ茶話会(中学生以上) 10:00～12:00	23
25	26	27	28	29 休館日	30 休館日

2024年 1月

1 元旦	2 休館日	3 休館日	4	5	6
8 成人の日	9 マタニティ・ヨガ 11:00～12:00 参加費:300 円 親子リトミック教室 11:15～12:00	10 えいごであそぼ! Peek-a-boo 11:00～11:30 申し込み不要	11 ひじハピ わくわく交換会 10:30～12:00	12 保育コーディネーター 座談会 10:15～11:45 託児あり 発達障がい児を持つ親と共に歩む会 つむぐ茶話会(小学生以下) 10:00～12:00	13
15 産後 de ヨガ 11:00～12:00 参加費 200 円	16 歯科衛生士相談日 10:00～12:00 (1 人 30 分)	17 ベビマ・レッスン HUG くみ♪ 11:00～12:00 参加費:100 円	18 HUG 育トーク 13:30～15:30 託児あり	19 助産師相談日 10:00～12:00 (1 人 30 分) ペアメンかふぇ 10:00～12:00	20
22 子連れ de ヨガ 11:00～12:00 参加費 100 円	23 マタニティ・ヨガ 11:00～12:00 参加費:300 円	24 てしごと工房 10:15～11:45 参加費:300 円 託児あり	25	26 子育てカウンセラー 座談会 10:15～11:45 託児あり 発達障がい児を持つ親と共に歩む会 つむぐ茶話会(中学生以上) 10:00～12:00	27
29 できた!が増える 「ママのための魔法の お片付け術」 10:30～12:00 ★託児あり	30	31	30		

託児＆送迎の子育てサービス！

ファミリー・サポート・センター

0977-85-8899

子育て総合相談窓口

0977-85-8805

日出町子育てパートナー ぱっけ

開催報告

しぜんとなかよし！ in大田公園

フィールドビンゴで
まつぼっくりやどんぐりひろい

ネイチャーゲーム「森の美術館」
フレームを通して花をみると
新たな発見がいっぱい！

10/19(金)
秋の匂いや、風を肌で感じ
公園に咲いている草花、木の実など
五感を感じながら遊びました

日頃、遊びに来る公園では
遊具しか目に入らなかった
けど、自然に触れてとても良い
気付きになりました

9/30 開催！

孤育てから、呼育て、拠育てにつながる
親子防災をみんなで考えよう！

親子防災をテーマに講習会を開催！
災害から子どもを守るために、大切な
ポイントを教えていただきました

講師
おおいたパパくらぶ代表
山口恒介さん

男ヨガ

11/11（土）
パパ向けのヨガを
開催しました！
ヨガでパパもリフレッシュ！
ヨガを通してパパ同士の
交流も行いました！

これからのイベント

できた！が増える「ママのための魔法のお片付け術」

整理収納アドバイザーによる片付け方法を
伝授します！
この講座では、実践やワークを通して片付
けについて考えます。

講師　トトノエル代表
整理収納アドバイザー
高橋　隆代

Check!
- ☑家族でできるお片付けを知りたい♪
- ☑おもちゃの整理収納はどうしたらいいの？
- ☑お片付けをもっと楽しくしたい！

開催場所：研修室
対　　象：子育て中の方、妊婦
定　　員：10 名程度
参 加 費：無料
託　　児：あり

おすすめ　えほん

「きらきら」　谷川俊太郎　文
吉田六郎　写真

雪の結晶を１つ１つ見るといろんな形があってきらきらしてとてもきれい。同じものは 2 つとしてなくて、まるで神様からのおくりもの

「さがしえ 12 つき」　なかざわ　くみこ

これからはじまる 12 つき。その時にあえるたからもの。どこにあるのかな？さがしてみよう。

おすすめ　わらべうた

ぺったらぺったん

ぺったらぺったん　もちつけもちつけ
ぺったらぺったん　もちつけもちつけ

はい、かみだなへ（ねがいごと）

YouTube で
動画も公開中！