

## 開催報告

### 「ヘルシークッキング」

～旬の野菜をたっぷり使ったランチ～



講師は、日出町のCafe de ALL オーナーの  
中嶋和子さん。



#### Menu

- ・ごぼうひじきの磯辺揚げ
- ・サラダ豆のトマト煮
- ・さつまいもご飯



講座の間、お子さんをファミサポ託児にお願いして、  
パパ、ママたちは、楽しくクッキング。  
参加した、パパ、ママは、ゆっくりとおしゃべりや、  
ご飯が食べられ、心も身体も満腹♡  
癒されました。みんな大満足でした◎



行事の報告や、日々の様子など  
HUGくみ公式ホームページの  
ブログに掲載しています。見てね！



## おしらせ

### こども用トイレ設置

HUG くみがある日出町保健福祉センターの多目的トイレに子ども用  
トイレを日出町が設置してくださいました。  
保護者の方からも  
「トイレトレーニング中なので助かります！」  
「広々使えて子どもも安心して利用できます。」  
など、たくさんの感謝の声がかかります。



ありがとうございました。

### 遊具の寄贈

HUG くみに、小児科医の矢野英二様より遊具を寄贈していただきました。

※矢野英二先生は、日出町豊岡の矢野小児科医院の院長先生だった方で  
今年3月末で閉院されました。現在は「すがこどもクリニック」が引き継いでいます。



HUG くみに設置しています。ありがとうございました。

妊娠・子育て中の  
こんなときに…

妊娠期～子育て期  
日出町の子育てサービス

相談  
したい

- \*子育てについて相談したい
- \*自分にあった子育てサービスを  
知りたい
- \*産前産後に使える  
サービスが知りたい

### 子育てパートナーぽっけ

相談員がHUGくみに常駐してい  
ます。子育てのこと、暮らしのこ  
と、地域のこと、仕事のこと…な  
ど。その人に寄り添い必要な情報  
を伝え、繋げていきます！

日出町社会福祉協議会  
TEL85-8805

子育て  
応援  
してほしい

- \*引っ越してきて地域の  
ことがわからない
- \*初めての出産で不安  
誰かと話したい
- \*いろんな話を気軽にしたい

### ホームスタート・ひじ

地域の先輩ママが訪問し、  
寄り添い、**傾聴**(話を聴く)  
協働(一緒に何かをする)  
ことであなたをサポートします！  
利用料：無 料  
対 象：妊婦～未就学児のいる家庭

ホームスタート・ひじ  
TEL090-5292-3853

家事育児  
サポート  
してほしい

- \*産前産後で体調がすぐれない
- \*産後、一人での育児に  
困っている
- \*家事や育児、兄弟のお世話を  
してほしい

### 家事育児サポート

お家にお伺いし、妊婦さんや産後  
の母親の家事・育児をお手伝いし  
ます！  
利用料：1時間 600円  
対 象：妊婦～産後一年以内の方

事務局 TEL85-8899

預けたい

- \*急用時、子どもを見てほしい
- \*美容室に行って  
リフレッシュしたい
- \*健診のとき、上の子を  
見てほしい
- \*産前産後、上の子の  
園の送迎をしてほしい

### ファミリー・サポート センター

生後6か月からのお子さんの  
託児・送迎を行っています！  
利用料：1時間 600円～  
対 象：生後6カ月～  
小学6年生まで

ファミリー・サポート・センター  
TEL 85-8899



日出町地域子育て支援センターHUGくみ



# HUGくみ だより

2024年 12.1 月号  
2025年

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

開館時間：10：00～15：00

休館日：日曜、祝日、年末年始



0977-85-8820



kosodate@hiji-syakyoo-k.jp





# HUGくみ 行事カレンダー



公式ホームページ  
http://hij-syakyok-jp/



★マークの行事は2週間前からの申し込みになります。

## これからの行事

### 家族でつかえる「メディカルアロマ教室」

講師 NPO メディカルアロマセラピー協会 高野 みちよ

無農薬100%の精油でハンドクリームをつくります。



日時: 12月19日(木) 11:00~12:00  
対象: 子育て中の方、妊婦(託児あり)  
場所: 日出町保健福祉センター 研修室  
参加費: 200円

### パパのための「フォト講座」

講師 フォトスタジオ SunnyGreen フォトグラファー 川野 悦子

お子さんの写真、日常生活でもかわいく残しませんか？  
普段のスマホ、デジカメ写真が見違える！一眼レフでもOK！  
後半は、撮影会をします。

日時: 1月25日(土) 13:00~15:00  
対象: 子育て中のパパ(託児あり)  
場所: 日出町保健福祉センター 研修室  
持ち物: 普段お使いのスマホ、デジカメ等



### ねんね相談日

講師 小児スリープコンサルタント 工藤 真衣

夜泣き、寝かしつけ、お昼寝などの睡眠トラブルに対して、生活の様子をおききして睡眠習慣の改善をサポートします。

日時: 12月6日(金)10:00~12:00(1人30分)

対象: 子育て中の方、妊婦  
場所: HUGくみのお部屋



### 離乳食教室

講師 日出町健康増進課 手嶋 文子

離乳食のお話、離乳食の試食、相談会など行います

日時: 1月24日(金)10:30~12:00

対象: 離乳食未開始~初期の  
子どもの保護者  
場所: 母子保健室



2024年12月	火	水	木	金	土
2 ★産後 de ヨガ 11:00~12:00 参加費 200円	3 ★親子リトミック教室 11:15~12:00 ボール持参	4 ★WAKUWAKU つみきくらぶ 11:00~12:00 ★ふたごあつまれ! 10:30~12:00	5	6 ★ねんね相談日 10:00~12:00 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	7
9	10 マタニティ・ヨガ 11:00~12:00 参加費:300円 うさこちゃんのおびによる クリスマスおはなし会 11:15~11:45	11 えいごであそぼ! Peek-a-boo 11:00~11:30 申し込み不要	12	13 ★栄養士座談会 10:15~11:45 託児あり 暖燠(発達に関する子育て相談会) 10:00~12:00 託児あり	14
16 ★産後 de ヨガ 11:00~12:00 参加費 200円	17 ★歯科衛生士相談日 10:00~12:00 (1人30分)	18 ★ベビマ・レッスン HUGくみ 11:00~12:00 参加費:100円 バスタオル持参	19 「家族で使える メディカルアロマ講座」 11:00~12:00 託児あり	20 ★助産師相談日 10:00~12:00 (1人30分)	21
23	24 マタニティ・ヨガ 11:00~12:00 参加費:300円	25 ★てしごと工房 10:15~11:45 参加費:300円 託児あり	26	27 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	28 <b>休館</b> 
30 <b>休館</b> 	31 <b>休館</b> 				

## 2025年1月

	1元旦 <b>休館</b> 	2 <b>休館</b> 	3 <b>休館</b> 	4 <b>休館</b> 	
6 ★産後 de ヨガ 11:00~12:00 参加費 200円	7 ★親子リトミック教室 11:15~12:00 ボール持参	8 えいごであそぼ! Peek-a-boo 11:00~11:30 申し込み不要	9 ★ひじハビ わくわく交換会 10:30~12:00	10 ★子育てカウンセラー 相談日 10:00~12:00 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	11
13 成人の日	14 マタニティ・ヨガ 11:00~12:00 参加費:300円	15 ★ベビマ・レッスン HUGくみ 11:00~12:00 参加費:100円 バスタオル持参	16	17 ★助産師相談日 10:00~12:00 (1人30分)	18
20 ★産後 de ヨガ 11:00~12:00 参加費 200円	21 ★歯科衛生士相談日 10:00~12:00 (1人30分)	22 ★てしごと工房 10:15~11:45 参加費:300円 託児あり	23	24 ★離乳食教室 10:30~12:00	25 ★パパのための「フォト講座」 13:00~15:00 託児あり
27	28 マタニティ・ヨガ 11:00~12:00 参加費:300円	29 ★保育コーディネーター座談会 10:15~11:45 託児あり	30	31 ★ペアレントメンターかふえ 10:00~12:00 同室託児あり	

### 相談日

**歯科衛生士相談日**  
12月17日(火)1月21日(火)  
10:00~12:00(1人30分)  
相談員 歯科衛生士 二村紀子  
歯並び、虫歯、歯磨きの仕方など、お子さんの歯について気軽に相談できます。

**助産師相談日**  
12月20日(金)1月17日(金)  
10:00~12:00(1人30分)  
相談員 助産師 阿部真理子  
母乳、授乳のこと、お子さんの発育など妊婦の方から子育て中の方まで気軽に相談できます。

**子育てカウンセラー相談日**  
1月10日(金)10:00~12:00  
相談員 臨床心理士 榎井新穂子  
子育て(声掛けの仕方、くせ等)や発達(言葉の遅れ等)についてなど子育てでの不安や悩み、困っていることが気軽に話してみませんか？

**相談日**は、専門相談員とお話ができます。  
場所はHUGくみのお部屋。子どもを遊ばせながら、気軽に相談できます。

### 座談会

**栄養士座談会**  
12月13日(金)10:15~11:45  
相談員 栄養士 此本紀代子  
お子さんの食事のこと(離乳食、食べムラ、食物アレルギーなど)栄養士を囲んで気軽に相談することができます。

**保育コーディネーター座談会**  
1月29日(水)10:15~11:45  
相談員 藤原こども園副園長 高月美穂  
日出町の保育事情や、預かり、病児、病後児保育についてなど、保育コーディネーターに気軽に相談することができます。



座談会では、専門家と交えてお話できます。  
同じくらの月齢のママ達の話も聞けます(託児あり)

### 発達に関する相談会

**発達に関する子育て相談会「暖燠」**  
12月13日(金)10:00~12:00  
相談員 田中勇征  
(大分県発達障がい者支援センター-ECOAL) 託児あり  
(相談例)  
・言葉や発達の遅れ  
・発達障がいに関する地域の情報

**ペアレントメンターかふえ**  
1月31日(金)10:00~12:00  
相談員 ペアレントメンター 松尾典子/坪井加代子  
相談支援専門員 徳丸清一  
ペアレントメンターとは、発達障がいのある子どもを育てた経験を活かして、より相談相手となり、悩みの共感や助言等ができる者として研修を修了した先輩保護者のことです。  
メンターと一緒に子育てについて話しませんか？



### 「サンタさんのおとしもの」

三浦 太郎



さむいクリスマス夜の夜。女の子が拾ったものはサンタさんの手袋でした。女の子がサンタさんを探しているのとサンタさんがいたのは...

### 「おしょうがつのかみさま」

おくはら ゆめ



おうちをきれいに掃除してかどまつやしめなわを飾りました。みんなも集まってきました。お正月のかみさまはまだかな？もう来たかな？