

- み** **みらいえ こどもプラザ**
野村茜が丘16-1
茜が丘複合施設Miraie内
開館時間：9時30分～17時
休館日：毎月末水曜日（水曜が祝日の場合翌日以降の最初の平日）
電話：25-2801
FAX：25-2220
- へ** **へそっこランド**
黒田庄町前坂2140
黒田庄福祉センター3階
開館時間：9時45分～16時30分
休館日：土曜・日曜・祝日
電話：28-5702
- あ** **あいあいランド**
西脇790-14
生活文化総合センター
「ドウジウム」内
開館時間：9時45分～17時
休館日：月曜（月曜が祝日の場合翌日以降の最初の平日）
電話：22-4150
- わ** **わくわくランド**
鹿野町720-1
こみせん比也野1階
開館時間：9時45分～16時30分
休館日：日曜・祝日
職員対応日：月曜・水曜・金曜（PM）

HP <https://www.city.nishiwaki.lg.jp>（西脇市ホームページ）
Miraie → こどもプラザ → 子育て学習センター・児童館 へとお進みください。
※行事・休館日などは変更になる場合がありますので、詳細はこどもプラザへ確認してください。

2月カレンダー

へそっこランド・あいあいランドは、事業を行っている時間、ご利用いただけません。その他の時間は自由に遊んでいただけますので、ぜひお越しくださいね♪

日	月	火	水	木	金	土
1 み わくわく工作 (AM・PM) み ドラム教室 (音楽室)	2 へ おやこ交流教室 くら	3 へ おやこ交流教室 いるか	4 あ わ 西脇チェックの布を使ってハート型の小物入れを作ろう (PM)	5 み おりがみあそび へ へそっこ広場	6 み ベビーのつどい	7
8 み おやこ交流教室 さくらんぼ み 西脇チェックの布を使ってハート小物入れを作ろう (AM・PM)	9	10 へ おやこ交流教室 べんざん	11 建国記念の日 児童館クッキング	12 み おりがみあそび	13 み みんなのつどい リトミック	14 み キッズジュニア サポーター会議
15 み わくわく工作 (AM・PM) み ドラム教室 (音楽室)	16 み ぴよぴよのつどい	17 へ スマイル広場	18 あ シニアカレッジのみなさんとみんなのつどい 日 西脇チェックの布を使ってハート小物入れを作ろう (PM) み ホップステップジャンプ	19 み おりがみあそび あ きらきら広場 (PM)	20 み 健幸スマイルスタジオ体験会	21 み 健幸スマイルスタジオ
22 み わくわく工作 (AM・PM)	23 天皇誕生日	24 み ベビーマッサージ	25 Miraie休館日	26 あ ベビーのつどい み おりがみあそび	27 へ 特別版 おやこ交流教室	28
みらいえ ホームページ 	みらいえ公式 フェイスブック 	西脇市子育て 応援アプリ 	西脇市ライン 			

開始時間前に警報発令中であれば、教室・広場・つどいは中止します。
日時を振り替えて実施する場合は改めて連絡します。



つどい事業のお知らせ



※受付時間は、各回開始15分前～5分前です。
 ※つどい開始時間を過ぎての入室はお断りする場合があります。
 ※つどいは、基本的に申込み不要です。どなたでも参加いただけます。
 ※つどいに参加される方は、開始時間までに授乳・おむつ交換を済ませておきましょう。

	場所	日時	対象・定員
ぴよぴよのつどい 産後、不安に思うことや子育ての悩みなどを、 こどもプラザの職員や子育て中の仲間たちと一緒に おしゃべりをしてリフレッシュしませんか？	みらいえ こどもプラザ	16日(月)	6か月までの 子どもと保護者 〔 8組 〕
	10:30～11:30		
ベビーマッサージ ベビーマッサージを体験しよう！！ 授乳は、午前10時までに済ませておいて ください。	みらいえ こどもプラザ	24日(火)	首がすわってから 6か月までの 子どもと保護者 〔 8組 〕
	【持ち物】バスタオル1枚		
	10:30～11:30		
ベビーのつどい 童謡や手遊び、簡単な制作をして、 親子でふれあい遊びをしましょう。	みらいえ こどもプラザ	6日(金)	6か月からおおむね 1歳3か月までの 子どもと保護者 〔 みらいえ15組 あいあい 8組 〕
	あいあいランド	26日(木)	
	10:30～11:30		
みんなのつどい リトミックと簡単工作 講師:スタジオ・バル・ファンタジー	みらいえ 多目的ホール	13日(金)	おおむね就学前の 子どもと保護者 〔 20組 〕
	10:30～11:30		
西脇シニアカレッジさんと一緒に遊ぼう！ ～伝承遊び他～	あいあいランド	18日(水)	おおむね1歳3か月 から就学前の 子どもと保護者 〔 8組 〕
	10:30～11:30		



つどい事業は、ふれあい遊びや体を動かす遊び、友だちとの交流など年齢に合わせたプログラムを実施しています。また、保護者同士もつながっていける仲間作りの場となっています。みなさまのご参加をお待ちしています！





児童館事業のお知らせ



児童館は子どもが主役です。色々な活動がありますが、保護者の判断で子どもの年齢や発達段階に合わせてご参加ください。未就学児については保護者同伴でご参加ください。
※天候等の状況により、開催時間等は変更になる場合があります。

わくわく工作

2月1日(日)・15日(日)・22日(日)

～空き箱や身近な材料を使って
自由に工作します～

時間：①10:30～11:30 ②14:30～15:30

場所：みらいえ こどもプラザ

対象者：おおむね2歳～18歳の児童

定員：各15名(当日受付先着順)



わくわく工作【特別版】

西脇チェックの布を使ってハート型の小物入れを作ろう！

2月4日(水)

時間：15:00～16:00

場所：芳田の里ふれあい館 会議室1
(西脇市岡崎町 172-2)

対象者：芳田地区在住

おおむね2歳～18歳の児童

定員：10名(要申込み・先着順)



2月4日(水)

時間：15:00～16:00

場所：わくわくランド
(西脇市鹿野町 720-1 こみせん比也野 1階)

対象者：比延地区在住

おおむね2歳～18歳の児童

定員：10名(当日受付先着順)

2月8日(日)

時間：①10:30～11:30 ②14:30～15:30

場所：みらいえ こどもプラザ

対象者：おおむね2歳～18歳の児童

定員：各15名(当日受付先着順)

2月18日(水)

時間：15:00～16:00

場所：西脇市コミュニティーセンター日野地区会館
(西脇市西田町 65-7 サンパル日野)

対象者：日野地区在住

おおむね2歳～18歳の児童

定員：10名(要申込み・先着順)

児童館クッキング バレンタインスイーツを作ろう!!

2月11日(水・祝)

時間：13:00～15:30

集合時間：12:45集合(時間厳守)

場所：みらいえ 調理室

対象：小学3年生～18歳の児童

定員：25名(要申込み・応募多数の場合抽選)

参加費：500円(当日徴収)

持ち物：エプロン、三角巾、マスク、ハンドタオル
水筒

申込期間：1月22日(木)～2月5日(木)

※抽選の結果は、2月7日(土)に、当選者のみご連絡します。



おりがみあそび

毎週木曜日(祝日、イベント開催日は除く)

2月5日(木)・12日(木)

19日(木)・26日(木)

時間：①10:30～11:00

②16:00～16:30

場所：みらいえ こどもプラザ

対象者：おおむね2歳～18歳の児童

定員：各10名(当日受付先着順)

※継続して参加できる方には、
作品を綴る手帳をお渡ししています。



児童館からのお知らせ

※児童館事業の受付時間は、各事業開始の
15分前～5分前です。

※開始時間を過ぎてからの参加はお断りする
場合があります。





西脇おやこ交流教室のお知らせ



くじら
R2.4.2~R5.4.1生

平日版
グループ

日程：2月2日（月）
 時間：10：30～（受付10：00～） 終了予定11：45頃
 場所：へそっこランド
 内容：親子で1年間の活動の振り返り～お別れ会をしよう！～
 参加費：一家庭100円（当日徴収します。釣銭のないようご準備ください。）
 持ち物：フォークまたはスプーン、お手拭きタオル、水分補給の水筒

※欠席される場合は、**必ず事前に**連絡をしてください。



いるか
R5.4.2~R6.4.1生

平日版
グループ

日程：2月3日（火）
 時間：10：30～（受付10：00～） 終了予定11：45頃
 場所：へそっこランド
 内容：親子で1年間の活動を振り返ろう！～1年間ありがとう～
 2月生まれさんのお祝いタイム
 参加費：一家庭100円（当日徴収します。釣銭のないようご準備ください。）
 持ち物：フォークまたはスプーン、お手拭きタオル、水分補給の水筒

※欠席される場合は、**必ず事前に**連絡をしてください。



ペンギん
R6.4.2~R7.4.1生

平日版
グループ

日程：2月10日（火）
 時間：10：30～（受付10：00～） 終了予定11：45頃
 場所：へそっこランド
 内容：親子で1年間の活動を振り返ろう！～1年間ありがとう～
 参加費：一家庭100円（当日徴収します。釣銭のないようご準備ください。）
 持ち物：フォークまたはスプーン、お手拭きタオル、水分補給の水筒

※欠席される場合は、**必ず事前に**連絡をしてください。



お祝いタイムについて（平日版）

月に2回ある活動のどちらかで、その月に生まれたお友達を教室生みんなでお祝いする「お祝いタイム」を実施します。

誕生月の親子は、受付開始時間（10時）にお越しいただき、保護者の方からお子さんへのお祝いメッセージを書いていただきますので、よろしくお願ひいたします。



「おとなチャレンジ」について（平日版）

10月からスタートした「おとなチャレンジ」ゴールまであと少し！

- ①時間を守りましょう！！
- ②3人以上の人に声を掛けましょう！！
- ③全力でダンス「ひよこさん」を踊りましょう！！

教室の活動も今年度残りわずかになりました。2月もみんな元気いっぱいがんばりましょう！！



教室開始10分前までに来ると、「がんばるぞカード」にシールを貼ることができます。
 皆勤賞を目指してシールをたくさん集めましょう！！

特別版

平日版
グループ

健幸スマイルスタジオ体験会

毎月みらいえで実施している「健幸スマイルスタジオ」の体験会です。
「リフレッシュしてみたい!」「自分の身体と向き合う時間にしたい!」
そんなママたちのご参加をお待ちしています!!



日 程：2月20日（金）
時 間：10：30～（受付10：10～）終了予定11：45頃
場 所：みらいえ 多目的ホール
内 容：スマイルスタジオ体験（血圧測定、軽い運動、保護者交流他）
服 装：動きやすい服装でご参加ください。

※参加を希望される方は2月13日（金）までにお申し出ください。

※子どもさんと一緒にご参加いただけます。

※前回（11/21）参加された方もご参加いただけます。



全学年

平日版
グループ

成長の記録を作ろう!! そして、へそっこランドで遊ぼう!!

成長の記録（身長と体重の計測、手形スタンプ、他）を作った後は、
こどもプラザの大型遊具やままごとセット、ミニカー等で思いっきり遊ぼう!!

日 程：2月27日（金）
時 間：午前の部 10：00～12：00 午後の部 13：30～15：00
場 所：へそっこランド

※上記の時間帯で都合の良い時間にお越しください。都合の悪い方はご連絡ください。

※この日は、おべんとう広場はありません。ご了承ください。

さくらんぼ

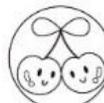
おおむね、
小学低学年まで

休日版
グループ

1年を振り返って…

日 程：2月8日（日）
時 間：10：30～（受付10：00～） 終了予定11：45頃
場 所：みらいえ多目的ホール
内 容：親子で1年間の活動を振り返ろう! and 「お楽しみ♪」

※2月4日（水）までに必ず出欠を連絡してください。



◎天候等の状況により、日程や事業内容に変更が生じる場合があります。変更の場合は、個別にご連絡いたします。

◎学級閉鎖の方や、発熱・風邪等の症状がある場合は、参加できません。

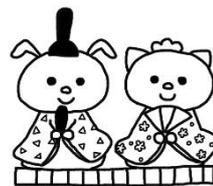
◎来館後に発熱や体調不良が確認された場合は、退出をお願いします。

<お互いに安心して活動に参加できるよう、ご協力をお願いいたします>

広場事業のお知らせ

きらきら広場

- 【日時】 2月19日(木) 13:30~14:30 終了予定
【場所】 あいあいランド
【内容】 おひなさまを作ろう！
【定員】 5組 (要申込み・受付先着順)
【申込み】 参加希望の方は、事前にこどもプラザ(☎0795-25-2801)に申込みをしてください。
【企画運営】 子育て支援ボランティアグループきらきら



へそっこ広場

- 【日時】 2月5日(木) 10:30~11:30 終了予定
【場所】 へそっこランド
【内容】 寒さもへっちゃら♪ からだをうごかしちゃおう!!
読み聞かせ
【定員】 10組 (当日受付・先着順)
【持ち物】 タオル 飲み物 必要なら着替え
【企画運営】 ハッピーネーブル



スマイル広場

- 【日時】 2月17日(火) 10:30~11:30 終了予定
【場所】 へそっこランド
【内容】 ミニシアター
読み聞かせ ほか
【定員】 10組 (要申込み・受付先着順)
【申込み】 参加希望の方は、事前にこどもプラザ(☎0795-25-2801)に申込みをしてください。
【企画運営】 マザーズスマイル



天候等の状況により、日程や事業内容に変更が生じる場合があります。開催については、西脇市のホームページ等で確認していただくか、こどもプラザ(25-2801)までお問い合わせください。
参加の際は、必ず体調確認をしていただきますようお願いいたします。

ボランティア募集!

ホップ・ステップ・ジャンプ

◆◆こどもプラザのスタッフや参加者同士でお話をしながら、
ちょっとしたボランティアをしてみませんか?!◆◆

- 【日時】 2月18日(水) 10:00~12:00
【場所】 みらいえ ワークルーム
【内容】 子育て新聞“ことのは”を組む作業ほか



こんにちは こどもプラザです

今月は「卓球利用について」と「多可町の親子との交流事業」を紹介します。



こどもプラザで卓球しよう！

こどもプラザでは、小・中・高校生とその保護者の皆さまを対象に、卓球をご利用いただけます。



時間 9時30分～正午

13時～17時

定員 受付先着順

卓球受付にてご予約ください。



卓球ポイントカード

ポイントカードが新しくできました！
ラリー10回に挑戦してポイントを貯めよう！
令和8年3月に開催する卓球大会に参加できるよ！

ラリー10回に挑戦してスタンプを貯めよう！（1日1回限り）
15個貯まると令和8年3月の卓球大会に参加できるよ。

名前:



多可町の親子と交流遊び！

西脇市在住の親子と多可町の親子が交流を深めながら、子育て仲間の輪を広げます。

- 日時 2月5日(木)
10時～11時30分 終了予定
(受付 9時50分～)
- 場所 多可町子育てふれあいセンター
ココミル
- 内容 ココミルマーケットであそぼう
- 対象 西脇市在住の親子
- 定員 10組(要申込み・受付先着順)



※参加希望の方は、2月2日(月)までに
こどもプラザに申込みをしてください。
☎0795-25-2801

令和8年度

西協おやこ交流教室 教室生

募集



西協市在住の親子を対象に、親子の絆を深め、友達の輪を広げることや保護者の子育て力の向上を目的とした学びの教室です。教室は登録制で、「平日版」と「休日版」の2つがあります。



活動の様子を紹介します!

【平日版での体験活動】

◎様々な体験を通して親子や保護者同士、地域との触れ合いを大切にしていきます。

- ・体幹トレーニング体験・3B体操・リトミック・水遊び・屋外あそび・ふれあい遊び
- ・グループ交流会・自然の中での遊び・工作・お楽しみ会・伝承遊び・誕生会 など



【平日版の保護者の学び】

◎子育てに係る様々な知識を身に付けるための保護者の学びを実施します。

- ・医療勉強会・命のはじまり講話・食育について
- ・臨床心理士や管理栄養士の講座など

【休日版さくらんぼ】

◎市内の小学校低学年までの子どもと、その家族が参加できるプログラムを実施します。

- ・クッキング・川遊び・親子遠足・運動会
- ・伝承遊び・社会見学旅行など



令和8年度 教室グループ紹介

学年ごとのグループ活動と全グループ合同の活動があります。

休日版は、就園・就学したお子さんもお参加いただけます。



子どもの誕生日または学年	グループ名
令和2年4月2日～令和6年4月1日	くじら
令和6年4月2日～令和7年4月1日	いるか
令和7年4月2日～令和8年4月1日	ぺんぎん
令和8年4月2日～令和9年4月1日	らっこ
休日版 未就学児～おおむね小学校低学年	さくらんぼ

おらせ

2月16日(月)～28日(土)

図書館を休館して蔵書点検とシステム更新を行います！

蔵書点検とは...

所蔵している資料が決められた場所にあるかどうかを確認する作業のことです。
 お店でいうところの棚卸しのようなものです。
 本・雑誌・DVD など図書館の資料全てをデータと照合します。
 また、普段は出来ない書庫や館内の整理、展示の入替なども行います。
 皆様には少しの間ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。



2月の予定

読み聞かせボランティアグループ予定表



〇才からのおはなし会

水曜日 10:30～

4日 まどのおと

11日 にじいろのたね

土曜日 10:30～

14日 おはなしピース



おおきな子のおはなし会

第1土曜日 10:30～

7日 パルランド

約30分間

場 所：おはなしのへや

今月の休館日は16(月)～28日(土)です。



司書がおすすめる絵本を紹介

雪がたくさんふった日

うさこちゃんは色々な雪遊びを楽しみます。
 その時、雪の中で泣いている小鳥とであいました。

小鳥はなぜ泣いているのでしょうか？

うさこちゃんは小鳥のために
 あることをしてあげました。

冬にぴったりな、あたたかいおはなしです。

(「ねえ、これ よんで! 3さい」より)



『ゆきのひのうさこちゃん』

ディック ブルーナ // ぶん え 石井桃子 // やく

福音館書店 E ニホン / プ

豆ママ通信



「おにはそと！ふくはうち！」いよいよ節分の季節がやってきました。節分には、厄除けや無病息災を願い、豆まきをしたり恵方巻きを食べたりする人も多いのではないのでしょうか。しかし、消費者庁によると、幼児は奥歯が生えそろわず、かみ砕く力やのみ込む力も弱いいため、豆やナッツをのどや気管に詰まらせる危険性があり、小さく砕いた豆でも、かけらが気管に入り込んで肺炎や気管支炎を起こすことがあるそうです。このような事故を防ぐため、節分の豆まきは個包装されたものを使用するなど工夫して行い、5歳以下の子どもが拾って口に入れないように、後片付けを徹底するなどくれぐれも気をつけて節分の季節を楽しく過ごしましょう。

北播磨小児一次救急 輪番病院

月日	医療機関名	診療時間	電話番号
2月8日	北播磨総合医療センター	9:00~17:00 (受付 16:30 迄)	0794-88-8800
2月22日	市立西脇病院	9:00~17:00	0795-22-0111

*必ず病院に電話で確認してから受診するようにしましょう
北播磨いきいき情報 <http://kitaharima-ikiiki.com/> より

緊急を要するか迷ったら

- 北播磨圏域子ども医療電話相談
☎(0794)62-1371 (18:00~22:00 祝祭日、年末年始を除く)
- 兵庫県子ども医療電話相談
☎#8000 平日、土曜日 18:00~翌朝 8:00
日曜祝日、年末年始 8:00~翌朝 8:00
- こどもの救急ホームページ (日本小児科学会監修)
<http://kodomo-aa.jp>
診療時間外に医療機関を受診するかどうかが、症状別にチャート式で判断できます。(対象年齢：生後1ヶ月~6歳)

北播磨いきいき情報 <http://kitaharima-ikiiki.com/> より

西脇小児医療を守る会

✉n.s.mamorukai@gmail.com



胃腸風邪

《胃腸風邪とは》

正式な病名は、感染症胃腸炎といいます。別の呼び方では、ウイルス性胃腸炎ともいわれています。

《原因》

ウイルスによるものと細菌によるものに分かれます。

ウイルス性：ロタウイルス、ノロウイルス、アデノウイルスなど。主に冬場に流行します。

細菌性：サルモネラ、腸炎ピブリオ、カンピロバクター、病原性大腸菌など。年中みられます。

冬場は原因の区別はつきにくいので、胃腸風邪と呼ばれます。

《症状》

原因となるウイルスや細菌によって症状は異なりますが、主に、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、発熱などです。

《治療》

症状を抑える治療・対症療法が主体となります。発熱の対策に解熱鎮痛剤、腹痛・下痢の対策として整腸剤、吐き気がひどい場合は吐き気止めを用います。全身症状の改善・脱水対策として点滴、さらに、漢方薬の活用も行います。胃腸風邪のときは、身体に入ってしまったウイルスを早く身体の外に出すほかないので、自己判断で下痢止めの薬は絶対に飲まないようにしましょう。

《予防》

- 主な予防方法は、加熱と殺菌です。とくにノロウイルスは熱に弱く、85℃以上で1分程度加熱すると死滅します。
- 手洗い、うがいをしっかり行いましょう。
- タオルなどの共用はさけましょう。
- 食器を共有したり、口移しで子どもに食べさせたりしないようにしましょう。
- 嘔吐物や、下痢をしたおむつなどを片づけるときは、必ずゴム手袋とマスクをしましょう。
- 嘔吐物のついたものはできるだけ素早く廃棄し、ゴミ袋の口はしっかりくっつけておきましょう。
- 汚物などを片付けた後は、石鹸を使って流水で手をしっかり洗いましょう。
- 汚れた衣類などを洗濯するときは、他のものと分けて洗濯し、塩素系の漂白剤で除菌しておきましょう。

何度でも感染するので、充分注意しましょう。

《ホームケア》

吐き気が落ち着けば、お茶・白湯・乳児用イオン飲料を、少しずつ飲ませましょう。半日ぐらいいは食事をとらないほうがいいでしょう。水分をとっても吐かないぐらになってきたら、お粥やうどんなどから少しずつ食べさせるとよいです。吐くようなら水分だけで充分です。油や乳製品、卵製品などは控えたほうがいいでしょう。

《こんな時は病院へ》

吐き気がとまらない、水分が取れず脱水症状が見られる、はげしい腹痛があるなど、気になる症状がある場合は、まよわず病院を受診しましょう。

キッズ・ジュニアサポーター会議 & お楽しみ会実施しました

メンバーまだまだ

募集中!

キッズ・ジュニアサポーター会議も2年目に入り新規メンバーも増えています。
12月開催の会議後は、メンバー同士の交流も兼ねて、お楽しみ会を実施しました。



メンバー同士で話をしながら、こどもプラザフェスタの準備をしています。



お楽しみのサンタのケーキ作り



令和7年最後の会を、みんなの笑顔で
しめくくりました。



会議やイベントを通じてメンバー同士の仲が深まり、協力する力も育ってきています。今後も子どもたちが、自分たちの思いを素直に「表現できる場」や、やってみたいことが「カタチにできる場」を、たくさんつくっていきたいと思います。そして、子どもたちにとって、こどもプラザが安心できる居場所となるように取り組んでいきます。

= 編集後記 =

節分は、「季節を分ける」という意味で、冬から春へと移る大切な節目の日です。昔から鬼を追い払って新しい季節を迎える行事として親しまれてきました。節分の日には、家庭で豆まきを楽しまれる方も多くいらっしゃるのではないのでしょうか。家族で役を分けて豆まきをすると盛り上がります。豆の代わりに新聞紙を丸めたボールで室内用の豆まきにすると、小さなお子さんでも安全です。ご家族で豆まきを楽しんでくださいね。



こどもプラザ（茜が丘複合施設 Miraie・へそっこランド・あいあいランド・わくわくランド）
・西脇市役所（受付・はびいくサポートセンター）
・西脇市図書館・天神池スポーツセンター
・西脇病院（小児科外来・小児科、産婦人科入院病棟）
・萩ヶ瀬会館・上野会館・大野隣保館
・芳田の里ふれあい館・黒っこプラザ・市内小児科医院・市内産科医院
・北はりま旬菜館・中本町郵便局・黒田庄福祉センター・こども園

発行：西脇市こどもプラザ