

ラフラブ通信 5月

2026 May. information

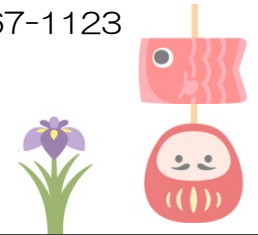
三原市児童館「ラフラブ」TEL&FAX 0848-67-1123

三原市城町一丁目2-1 ペアシティ三原西館2F 南側

休館日 毎週火曜日・年末年始・お盆

開館時間 10:00~19:00

対象 0~18歳までの子どもとその保護者



★今月のイベント申し込みは5月6日(水) 10:00からです。来館、電話、専用フォームにて。

発行日：毎月20日

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
				1	2 親子でわいわいひろば	3 高校生とクッキング① 卓球デー
4 卓球デー	5	6 イベント受付開始 ファミサボ相談会 / 卓球デー	7	8 母推さんとあそぼう!	9 小学生集まれ~!	10 【ラフ・ファミの日】 春のフラワーアレンジメント
11	12	13	14 ねむの木 おはなしのひろば	15 みんな de 防災	16 おでかけ児童館 ファミサボ相談会	17 ラフラブteens塾
18	19	20 【ラフ・ファミの日】 WARAリズム	21	22	23 ラフラブけん玉道	24 高校生とクッキング② 卓球デー
25	26	27	28 ママチャレンジ	29	30 ファミサボ交流イベント	31 親子クッキング

※就学前のおともだちは保護者同伴で参加してください。※イベントは申し込み先着順です。(市内の方の受け付けを優先します。) ※ひと家庭まで、お友達の申し込みを一緒にしていただけます。

おねがい

- ・体温が37.5℃以上の方、体調が悪い方は利用できません。
- ・飲食は所定の場所で譲り合ってください。
- ・館内は水分補給のみとさせていただきます。
(飲み物はふた付きのものをお願いします。)
- ・お食事などは談話ホールをお願いします。
- ・ごみや使用済みのおむつはお持ち帰りください。
- ・おもちゃや本は大切に使い、きちんと片付けてください。
- ・保護者の方はお子さんの見守りをお願いします。
- ・貴重品の管理をお願いします。

ラフラブなどの子育て情報はこちらから...



(ラフラブのページ)

ラフラブ日記
更新中!



FMみはら 87.4MHz FOR LIFE RADIO

みはらサンセットレディオ

毎月第1水曜日 17:10ごろ~ 生放送のコーナーに出演中!

ティーンズスタッフ 主催するイベント

高校生とクッキング① 「クレープ」

【時】3日(日)
10:30~13:30
【所】ペアシティ三原西館3F 調理実習室
【対】小学生
【定】12人 【料】400円
【用】エプロン 三角巾 マスク
ふきん2枚 手ふきタオル
水分補給ができるもの
★サラダクレープ&スイーツクレープ
2種類のクレープをつくろう!
※申し込みは4/25(土)~

ラフラブteens塾 「みんなで勉強しよう!」

【時】17日(日)
14:00~16:00
【所】ペアシティ三原西館3F 栄養指導室
【対】小学生
【定】12人 【料】無料
【用】宿題などの勉強道具
水分補給ができるもの
★宿題などのわからないところを
ティーンズスタッフが教えてくれるよ!
勉強の合間はレクリエーションでリフレッシュ!

高校生とクッキング② 「キンパ風まぜごはん&スープ」

【時】24日(日)
10:30~13:30
【所】ペアシティ三原西館3F 調理実習室
【対】小学生
【定】12人 【料】400円
【用】米1/2合 エプロン 三角巾 マスク
ふきん2枚 手ふきタオル
水分補給ができるもの
★韓国風ランチ♪巻かないキンパをつくろう!

イベント申し込み 専用フォームについておしらせ

1回の入力で申し込めるのは、ひと家庭のみです。
合わせてお友達の申し込みをする場合は、
フォームに入り直してください。

フォームが定員に達して入力できない場合は
お電話でお問い合わせください。
(まだ空きがある場合があります)

これまでどおり、来館、電話でも申し込みできます。

5月のイベント
申し込みはこちら▶
※5月6日(水・祝) 10:00~



ラフラブで卓球をしよう! 【卓球デー(卓球の日)】

【時】3日(日)・4日(月・祝)・6日(水・祝)・24日(日) 10:00~17:00
【対】0~18歳までの子どもとその保護者

- 左記の時間内で、1グループ30分まで利用することができます
- 当日来館して、利用時間内で予約ができます(電話予約はできません)

- イベントをキャンセルされる場合は、準備の都合がありますので、事前にご連絡ください。料金をいただくイベントに関しては、材料代などの実費をいただく場合があります。
- 許可をいただいたうえで、イベントの様子を撮影させていただくことがあります。市ホームページなどで紹介する場合があります。

【三原市ファミリー・サポート・センター（お気軽にお問い合わせください）】

■ファミサポ相談会
（会員登録・相談など）

【時】6日（水・祝）・16日（土）
10:30～16:00

■ラフ・ファミの日

【時】10日（日）・20日（水）
計画的に利用できるよう、
ラフラフでお子さんをあずかります
※事前に会員登録、依頼が必要です

■緊急あざかりに対応します！

【依頼会員・提供会員募集中】

利用にあたっては会員登録が必要です。運転免許証、マイナンバーカードなど、
本人確認のできるものが必要です。市HPから、会員登録のWEB申請も可能です。

■ファミサポ交流イベント

「提供会員さんとあそぼう！」

【時】30日（土）
11:00～12:00

【所】ラフラフ
【対】どなたでも

【料】無料 予約はいりません

★お花紙と粘土を使って、提供会員さんと一緒に
小さな花かごをつくってみよう！！



▲ファミサポの
詳細はこちら

小学生集まれ～！
「つくってあそぼう！」

【時】9日（土）
14:30～15:30

【所】ラフラフ

【対】小学生

【料】無料 予約はいりません

★カブラ、LaQ（ラクキュー）、
レゴブロックをつかって
自由に好きなものをつくろう！

春のフラワーアレンジメント

【時】10日（日）
10:30～11:30

【所】ヘアシティ三原西館3F 栄養指導室

【対】小学生～高校生

【講】フラワーアレンジメント講師 小林 奈央さん

【定】8人 【料】1,000円

★「母の日」のプレゼントにもぴったり♪
世界にひとつだけのプレゼントをつくろう！

おはなしのひろば
「絵本の読み語りなど」

【時】14日（木）
11:00～11:30

【所】ラフラフ

【対】0歳児～就学前児童

【料】無料 予約はいりません

★よみがたりボランティア
「ねむの木」のみなさんによる
おはなし会です！



みんな de 防災

「ちいさな子どもとの
避難について考えよう」

【時】15日（金）
11:00～11:30

【所】ラフラフ

【対】0歳児～就学前児童

【料】無料 予約はいりません

★防災クイズと紙芝居で楽しく学んで
いざという時に備えよう。

【時】16日（土）
10:00～14:00

【所】船木地域支援センター【旧船木小学校】
（本郷町船木1972）

【主】いないいないばあ

★ティーンズスタッフがおでかけ！

一緒にあそんだり、ミニ製作を楽しもう！

予約はいりません。
直接会場へお越しください。
製作などの参加費は無料です。
（製作は数に限りがあります）

イベントの
詳細はこちら▼



WARA（わら）リズム

【時】20日（水）
10:30～11:20

【所】ラフラフ

【対】0歳児

【講】baby mama kirari 真嶋 奈津美さん

【定】7組 【料】無料

【用】水分補給ができるもの

★わらべ歌に合わせて

0歳からの体づくりができるふれあい遊びです♪
お子さんの発達についてもご相談ください！

ラフラフけん玉道

【時】23日（土）
14:00～16:00

【所】ラフラフ

【対】0～18歳までの子どもとその保護者

【講】公益社団法人 日本けん玉協会
公認指導員 高橋 和男さん

【料】無料 予約はいりません

時間中、出入り自由です

★けん玉初挑戦のお友達も
けん玉自慢のお友達もお待ちしております！

ママチャレンジ
「背骨コンディショニング」

【時】28日（木）
10:30～11:30

【所】ヘアシティ三原西館4F 健康増進室

【対】0～18歳までの子の母親

【講】背骨コンディショニングインストラクター
郷原 遥さん

【定】10人 【料】無料

託児あり（先着順・定員あり）
※託児の荷物全てに記名をお願いします。

【用】動きやすい服装 タオル バスタオル
水分補給ができるもの

ヨガマット（あれば、貸し出しもできます）

★背骨や骨盤を中心に、カラダの歪みを
心地よく整えていきましょう★

親子クッキング
「おにぎり屋さんにご案内！
ふっくらおにぎり講座」

【時】31日（日）
12:30～14:30

【所】ヘアシティ三原西館3F 調理実習室

【対】4歳児～小学生の親子

【講】おにぎり屋「にんにこ」島谷 直実さん

【定】6組

【料】1,000円（おにぎり2個、みそ汁）

※おにぎりを追加する場合はひとつ270円

【用】エプロン 三角巾 マスク 手拭きタオル

ふきん4枚 水分補給ができるもの

★ふっくらして、口の中でほじけるような

おにぎりをつくります！（好きな具を選んでいただけます）



6月のイベント

抱っこ de ダンス

【時】6月1日（月）
10:30～11:30

【所】ラフラフ

【対】首がすわってから～おおむね2歳ごろ

【講】ヨガ・ダンス講師 浦郷 杏菜さん

【定】8組 【料】無料

【用】動きやすい服装 抱っこひも

タオル 水分補給ができるもの

★お子さんを抱っこしてダンス！

親子でスキンシップ♪

心はリフレッシュ♪

体はシェイプアップ♪

お気軽にご参加ください！

※申し込みは5/25（月）～

