

子育て支援センター通信



1月号

あけましておめでとうございます。新年を迎え、ご家族で楽しいお正月を迎えたことと存じます。
昨年もたくさんのお友だちが遊びに来てくれ、かわいい笑顔を見せてくれました。今年もみなさんと一緒に
楽しく笑顔いっぱいの支援センターにしていきたいと思っています。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

子育て支援センター 『のびのび』 月曜日～金曜日 10:00～16:00
『おひさま』 月曜日～金曜日 10:00～12:30

『のびのび』は町内在住者だけでなく、実家が町内にある未就学児さんもご利用いただけるようになりました。
『おひさま』は今までどおり、町内外問わず、どなたでもご利用いただけます。

今月のご案内

☆すこやか広場

1月 7日（水） 10:00～12:00
場所：のびのび

☆子育てカウンセリング

1月 7日（水） 9:00～16:00
30日（金） 場所：たき児童館

☆産前産後のおしゃべり会

1月 7日（水） 10:00～11:30
場所：天啓の里

☆親子ヨガ

1月 15日（木） 10:00～11:00
場所：おひさま

☆ことばの相談

1月 19日（月） 9:30～11:30
場所：たき児童館

☆Baby's

1月 23日（金） 10:00～12:00
場所：のびのび

こちらのイベントは、町内在住者のみ利用できます。

・すこやか広場…親子ふれあい遊び等と参加者同士の交流の場です。
誕生会もあります。

・親子ヨガ…親子で楽しく身体を動かしましょう。
体を動かしてリフレッシュしましょう。

・Baby's…12ヶ月までのお子さんと保護者の交流の場です。
保健師、栄養士による乳幼児相談（1歳以上も可）やブックスタートも行います。

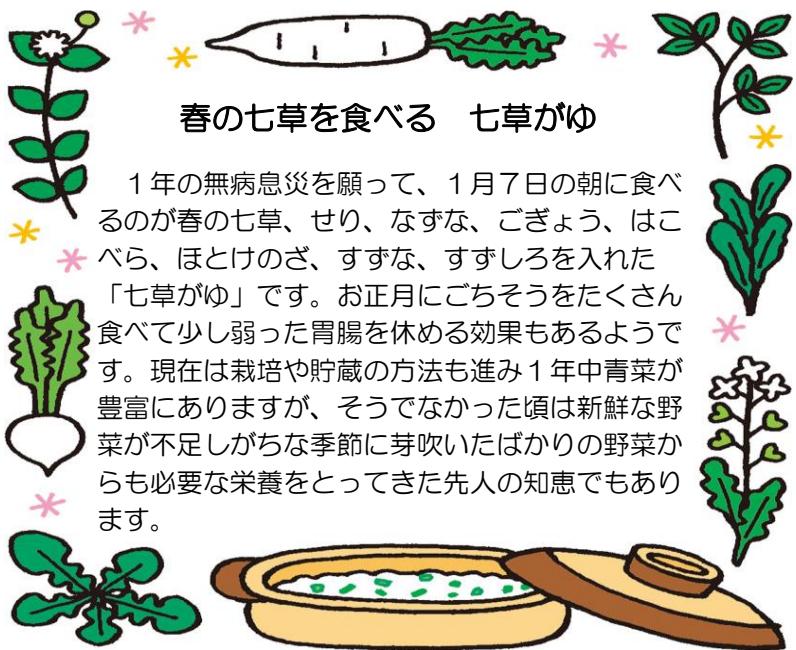
・産前産後のおしゃべり会…妊婦さんと産後6か月までの産婦さんと赤ちゃんがご参加頂けます。

助産師や栄養士によるミニ講話などがあります。

・カウンセリング・ことばの相談（要予約）…お子さんの成長やことばの発達など、気になることがあれば相談できます。
予約はくたき児童館>まで。

*天候不良等で、広場などの子育て支援センターの予定が中止や延期になる場合があります。不明な時はお問い合わせの上、お越しください。

・予防接種、成長発達などに関するご相談は、
役場こども課保健師（電話 38-1154）
・子育て、成長発達などに関するご相談は、たき児童館
電話によるご相談は、随時お受けしています。（平日 9:00～17:00）



春の七草を食べる 七草がゆ

1年の無病息災を願って、1月7日の朝に食べるのが春の七草、せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろを入れた「七草がゆ」です。お正月にごちそうをたくさん食べて少し弱った胃腸を休める効果もあるようです。現在は栽培や貯蔵の方法も進み1年中青菜が豊富にありますが、そうでなかつた頃は新鮮な野菜が不足しがちな季節に芽吹いたばかりの野菜からも必要な栄養をとってきた先人の知恵もあります。

家族みんなでガラガラうがい

かぜの予防に大切なうがいですが、習慣づけるのはなかなか大変ですね。

まずは、お母さんお父さんがやってみるのが一番！外から帰ったらすぐ「一緒にやろう！」とお子さんを誘ってください。みんなでガラガラすればかぜなんか怖くない！小さな子は、口に水を含んで「ペッ」と吐き出すだけでも効果があります。



お問い合わせ先

「のびのび」 67-6300
「おひさま」 49-3403
「たき児童館」 38-7750

