



☆令和5年度 ふゆ号☆



## 地域育児センターに遊びに来ませんか？

地域育児センターは就学前の乳幼児と保護者の方が、ゆっくりくつろいだり、気兼ねなくおしゃべりしてリフレッシュできる場、また、公立保育園の保育士が、子育てについてのアドバイスや相談にのり、子育てが楽しくなるよう一緒に考えていきます。ぜひ、お子さんと一緒に遊びに来てください。

### 講座・イベント



誕生会	1月18日(木) 2月15日(木) 3月14日(木)	10時～ 毎月初めから 予約受付	生まれ月のお子さんを誕生カードを作ってお祝いします。 歌やパネルシアターなどを行います。
のびのび 広場	1月10・17日(水) 2月7・21日(水) 3月6日(水)	9時30分～ 11時	地域育児センターは毎週水曜日は赤ちゃんの日です。歩けるお子さんは使用できませんが、浜見平保育園のホールで遊ぶことができます。
ほしつ☆ メソッド	2月8日(木) 10時～10時30分 1月22日(月)から予約受付		ほめる・しかる・つたえるの方法でお子さへの伝わりやすい言い方・注意の仕方・ほめ方を練習する講座です。
個別 栄養相談	1月16日(火) 9時30分～11時30分 1月4日(木)から予約受付		お子さんの栄養、食事に関する個別相談を予約制で行います。
離乳食体験	1月24日(水) 中期食 2月28日(水) 後期食 月始めから予約受付	11時～12時	お子さんの離乳食の体験ができます。 (試食付き1食300円)各回3組まで メニュー等詳細は育児センターまで
タッチケア	3月6日(水) 午前10時～10時30分 2月22日(木)から予約受付		お子さんと触れ合いながら親子の絆を深める講座です。
ベビトレ ヨガ	1月19日(金) 2月9日(金) 3月8日(金)	10時～ 10時30分	お子さんと触れ合いながら、子育ての疲れをほぐしませんか。申し込みは いりません。

### 3つの首を 温めよう

「かぜは首から引く」という言葉があるように、首、手首、足首が冷えると、体全体も冷え、かぜを引きやすくなります。首にはタートルネックのセーターやマフラー、手首には手袋、足首には厚手の靴下やレッグウォーマーを着用してしっかり保温し、血流をよくしましょう。一方で、かぜを引いて熱が上がりきった時は、この3カ所を冷やすと効果があります。

時間・約束等利用案内、イベントの詳細についてはホームページをご覧ください。かお電話でお問い合わせください。



浜見平保育園  
地域育児センター  
連絡先 0467-83-8810