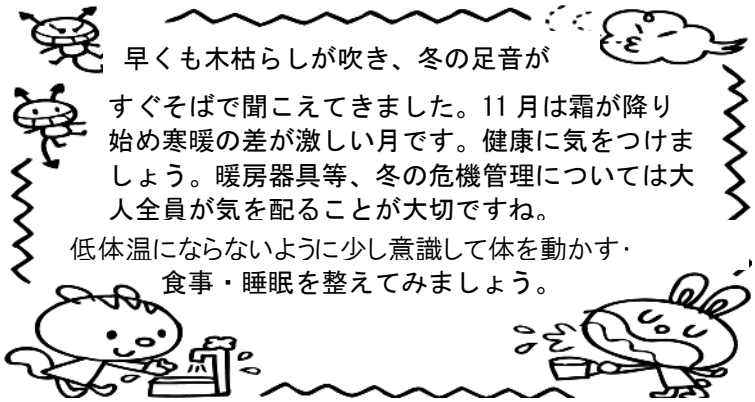
# 令和５年１１月号すくすく



早くも木枯らしが吹き、冬の足音が
すぐそばで聞こえてきました。11 月は霜が降り始め寒暖の差が激しい月です。健康に気をつけましょう。暖房器具等、冬の危機管理については大人全員が気を配ることが大切ですね。
低体温にならないように少し意識して体を動かす･
食事・睡眠を整えてみましょう。

## 伯耆町子育て支援センター

**場所**　伯耆町大殿1010(パルプラスオン内)
☎0859(39)8011　Faxも同じ

**開所日時**　月曜日～金曜日、第2･4土曜日の午前
…… 9:00～11:30　13:30～16:00 ……

平日は毎日開いています。どなたでも自由に利用できます。時間内はいつ来てもいつ帰っても良いです。電話相談もお受けしていますのでご利ください。行事の日の午後はいつも通りに利用していただけます。　・・身近にあるものでおもちゃや吊り飾りを作る事が出来ます。時間に余裕をもってお出かけください。

申込みは不要です。是非、お気軽においでください。

＊予定した行事の変更や中止などは、ホームページでお知らせします。
＊24 日（金）出張子育て支援センターは溝口保育所で行います。9:00～11:30
＊　㊍ は、健康ポイント対象日です。

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 1 | 2 | 3 文化の日 | 4 | 5 |
| 6 | 7 ㊍ お外であそぼう | 8 | 9 ㊍ マタニティー＆ベビーひろば | 10 | 11 ㊍ さくらんぼの日 | 12 |
| 13 ㊍ 0才 わくわくひろば | 14 ㊍ 1才 わくわくひろば ★ハローワーク出張相談の日 | 15 ㊍ 栄養士相談の日 | 16 ㊍ 出前親子絵本タイム | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 ㊍ ① 離乳食講習会託児 | 23 勤労感謝の日 | 24 ㊍ 出張子育て支援センター9:00～11:30（溝口保育所） ★　午後いつも通り | 25 にこにこ土曜日 | 26 |
| 27 | 28 | 29 ㊍ ② 離乳食講習会託児 | 30 | | | |

### わくわくひろば　0才13日(月)・1才～ 14日(火)

＊時間　10:00～11:30

＊身体測定をしたり、季節の制作をします。他の子育て中の親子と交流しましょう。是非お気軽においでください。

### お外であそぼう　7日(火)

☆時間　9:40～10:40　☆場所　子どもパル園庭
☆受付　子どもパル園庭入口

### マタニティー＆ベビーひろば　9日（木）

＊時間 10:00～11:30

☆プレママ・プレパパや４～５か月までの赤ちゃんとママ・パパの交流の場です。　プレママ・パパは先輩のママパパとお話をしながら楽しみな赤ちゃんのお話を聞きましょう。申込みは不要です。是非お気軽においでください。

### ハローワーク出張相談の日　14 日（火）

＊時間　10:00～11:30
＊場所　団体事務室（健診室入口左手側）
＊相談員　県立米子ハローワーク職員・キャリアデザイン lab
★結婚や出産、育児等の理由で一旦仕事を辞めた人の再就職の準備をお手伝いする相談会です。
　支援センターに遊びに来て、気軽に相談してください。

### さくらんぼの日　１１日(土)

＊時間　１０：００～１１：３０
☆対象　多胎児を妊娠中の人とその家族。
　　多胎児を子育て中の人とその家族とその子ども（保育所入所の子どもも対象）
★助産師　山根美奈子氏　（体の不調等も相談できます）
☆多胎児とその家族の交流の日です。多胎児親子との出会いや多胎児ならではの子育ての苦労や喜びを共有しながら子育ての工夫を情報交換しましょう。
★参加申込み〆切　11 月 8 日（水）

### 栄養士相談の日　15 日（水）＊時間 10:00～11:30

☆栄養士さんに支援センターに来ていただきます。日頃の離乳食の悩みや疑問を聞けるチャンスです。支援センターで過ごしながらお悩み解決ができますので、気軽に参加してください。

### 離乳食講習会託児①２２日（水）・②２９日（水）　＊時間　１０：００～１１：３０

☆講習会の始まる10分前には、支援センターで託児の受付を　済ませてください。申込みは健康対策課でお願いします。

### 出前親子絵本タイム　１６日(木)

＊10:30～11:00（読み聞かせタイム）11:00～11:30（絵本相談タイム）
図書館から絵本の読み聞かせに来ていただきます。
読み聞かせ後は絵本の相談ができます。気軽に参加してください

### 出張子育て支援センター　24 日(金)＊時間　9:00～11:30

場所：溝口保育所・予備室★この時間はいつもの支援センターは休館。

### にこにこ土曜日 25 日(土)　＊時間　9:00～11:30

☆平日に支援センターに来られない方など、どうぞおでかけください。