

# 子育て支援センター 2月の行事

今月の健康ポイント対象日

8日、9日、10日、16日、21日、22日、28日

とき	行事	ところ	時間
8日(水)	離乳食講習会託児① [対象] 離乳食講習会に参加される方のみ利用です。健康対策課から案内がありますので申し込んでください。	子育て支援センター	10:00~12:00
9日(木)	マタニティー&ベビーひろば *赤ちゃんの為におもちゃ作り、妊婦さんとお母さんと一緒に情報交換などをして過ごしましょう。 [対象] 妊婦さん、または生後4~5か月までの赤ちゃんとお母さん(おもちゃを作りたい人は10か月位でもOKです)	子育て支援センター	10:00~11:30
10日(金)	離乳食講習会託児② [対象] 離乳食講習会に参加される方のみ利用です。健康対策課から案内がありますので申し込んでください。	子育て支援センター	10:00~12:00
16日(木)	ベビーマッサージ [対象] ハイハイまでの赤ちゃん(おむね5~6か月頃まで) [持ち物] バスタオル、水分補給のお茶など [参加申込] 13日(月)までに子育て支援センターに電話、または直接申し込んでください。(定員:4組)	子育て支援センター	10:00~11:00 (10分前までにおいでください)
21日(火) 22日(水)	わくわくひろば 0才 わくわくひろば 1才~	子育て支援センター	*利用制限内に身体測定をしたり、季節の制作などを行います。 *子育て相談にも応じます。
25日(土)	にこにこ土曜日	子育て支援センター	9:00~11:30
28日(火)	さくらんぼの日 *多胎児の交流の日です。多胎児ならではの子育ての苦労や喜びを共有しながら、子育ての工夫等を情報交換しましょう。パパの参加も大歓迎です。(鳥取県地域の助産所等による妊産婦への寄り添い支援事業と協賛) [対象] 多胎児とその家族 [参加申込] 24日(金)までに子育て支援センターに電話、または直接申し込んでください。	子育て支援センター	10:00~11:30

※しばらくの間、『出張子育て支援センター』は実施しません。

- 「すくすくだより」は各保育所、各図書館、健康増進室に置いてありますのでご利用ください。また、町のホームページでもご覧いただけます。(行事等の変更もホームページでお知らせします。)
- 子育て支援センターは、パルプラスオン(岸本保健福祉センター)にあります。
- 上記行事以外はにこにこデーとして平日毎日、どなたでもご利用できます。開設時間内(9:00~11:30 / 13:30~16:00)でしたら、いつ来ていただいても結構です。

※新型コロナウイルス感染症の影響で、各行事の日程などを変更または中止する場合があります。最新情報は、子育て支援センター HPでご確認ください。

「伯耆町子育て支援センター HP」<https://www.houki-town.jp/new1/18/k02/>



## 問い合わせ先

子育て支援センター  
TEL 0859-39-8011



このコーナーは、ALT(外国語指導助手)によるエッセイを、英語と日本語で紹介します。

### Newsletter #9



How is your new year going? It's already February!

Did everyone make a New Year's Resolution? Some people want to lose weight, pass a test, make money, finish a project...

I want to try and pass the highest-level Japanese Language Proficiency Test! I am studying every single day.

Many people give up on their resolutions in February. For example, there are many gyms in America that have record attendance in January, but many cancellations in February. Don't give up! If you didn't make a resolution, it's not too late! Making goals and trying to achieve them makes us better people. Please write your goals down, too! According to researchers, people who write down their resolutions achieve them easier than people who just think or talk about resolutions.

I hope everyone can do the things they want to achieve!

Jaret Hetland

### ニュースレター⑨

新年を迎えて元気でお過ごしですか? もう2月ですね!

皆さんには新年の抱負がありますか? 痩せたい人、テストに合格したい人、お金を稼ぎたい人、プロジェクトを成功させたい人...色々いるでしょう。

私は最も難しいレベルの日本語能力試験に合格したいと思います! 毎日欠かさず、勉強しようと思います!

多くの人が2月には新年の抱負を諦めてしまいます。例えば、アメリカには1月には記録的に出席率の高いジムがたくさんありますが、2月には多くの人がジムを辞めてしまいます。諦めないでください!

もし、新年の目標を立てていないなら、遅くはありませんよ! 目標を掲げ、それを達成しようとするのが私たちを向上させてくれます。目標を書き留めておくこともしてください!

ある研究者によると、目標について考えたり、話したりしかししない人より、目標を書き留めておく人のほうが達成しやすいそうです。

皆さんが達成したいと思っ... ことが叶うよう、私は願っています。  
ジャレット・ヘットランド