

令和3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。

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用下さい。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。
* 出張子育て支援センター(溝口保育所)は、しばらくの間実施しません。
* (赤) は、健康ポイント対象日です。



月	火	水	木	金	土	日
1 休館	2 ベビーマッサージ 申込み開始	3 文化の日	4	5	6	7
8 親子ヨガ 申込み開始	9 (赤)	10 (赤) 栄養相談の日	11	12 (赤) マタニティー& ベビーひろば	13 にこにこ土曜日	14
15 おしえて! 消防士さん 申込み開始	16 (赤) ベビーマッサージ	17 ① 離乳食講習会託児	18	19 ② 離乳食講習会託 児	20	21
22 (赤) 親子ヨガ	23 勤労感謝の日	24 (赤) わくわくひろば 0才	25	26 (赤) わくわくひろば 1才～	27 にこにこ土曜日	28
29 (赤) おしえて! 消防士さん	30					

栄養士相談の日 10日(水) * 時間 10:00～11:30
* 栄養士さんから食と体の話を聞いたり日ごろの離乳食の悩み、進め方等を気軽に相談できます。

にこにこ土曜日 13日(土)、27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 お出かけください。

ベビーマッサージ 16日(火) (8組限定)
* 時間 10:00～11:30
* 対象 ハイハイまでの赤ちゃん(概ね5～6か月頃迄)
* 持ち物 バスタオル、大人用飲み物
☆山根助産師さんに教えていただきます。

おやこヨガ 22日(月) (8組限定)
* 時間 10:00～11:30 * 対象: 体を動かしたいお母さんたち
* 持ち物 運動出来る服装、飲み物
☆運動のできる服装でおいでください。

おしえて!消防士さん 29日(月) (8組限定)
* 時間 10:00～11:30
☆心肺蘇生法や、怪我などの応急処置の仕方を消防士さんに教えてもらいます。

マタニティー&ベビーひろば 12日(金)

* 時間 10:00～11:30
* 対象 妊婦さんと4～5か月までの赤ちゃん(4～5か月を過ぎていてもおもちゃを作りたい人は来てください) ☆お話ししながら、我が子の使うおもちゃが出来るのはうれしいものです。苦手なところはお手伝いしますので、是非おいでください。妊婦さんも待ってます♡

離乳食講習会託児①17日(水)・②19日(金) * 時間 10:00～12:00

☆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。
☆この時間内は、『離乳食講習会の託児』のみとさせていただきます。

わくわくひろば 0才 24日(水) 1才～ 26日(金)

* 10:00～10:30 身体測定
* 10:30～11:00 みんなで遊ぼう
* 11:00～11:30 情報交換など
☆赤ちゃんの遊びを紹介します。同じ年頃の子もたちと出会い、お母さん同士が子育て談義を楽しみましょう。申込みは不要です。是非、お気軽においでください。