

3月 かんがるーだよ!



日	月	火	水	木	金	土
				① ひなまつり 11:00~11:30	2 お話会 11:00~11:20	③
4 ★	5 ★ 森の出張ひろば	⑥ 〈要予約〉 スクラップ ブックング 10:00~12:00	⑦	⑧ 〈親子遊びタイム〉 手形・足型 をとろう 11:00~11:30	⑨ 1才児 講習会 11:00~12:00	10
11 ★	12 ★ 森の出張ひろば	⑬ 〈要予約〉 熊丸先生 講演会 10:00~11:15	⑭	⑮ 0才児 講習会 11:00~12:00	16 〈親子遊びタイム〉 魚釣り遊び 11:00~11:30	17
18 ★	19 ★ 森の出張ひろば	⑳ 〈要予約〉 子育てセミナー 「おもちゃ 選びとおも ちゃ作り」 10:00~12:00	21 ★	㉑ 誕生会 11:00~11:30 3月生まれのお友 達は10:45までに 集まれ~!	㉒ 2.3才児 講習会 11:00~12:00	㉓ 24
25 ★	26 ★ 森の出張ひろば	㉗	㉘	㉙ 〈親子遊びタイム〉 身長・体重 を測ろう 11:00~11:30	㉚ 〈親子遊びタイム〉 段ボール 遊び 11:00~11:30	㉛ 31

・開所日時 毎週火~土曜日9:30~15:30(祝日は除く) ・★の日はお休みです。
 ・土曜日(イベント除く)は広場開放日とし、就学前までご利用できます。
 ・日付に○のついてる日は、1日・△は午後から大広間を開放しています。(予定変更あり)
 ・親子遊びタイムの内容は予定ですので、変更する場合があります。
 ・森の出張ひろば...地域の方の協力のもと、新宮町野のギャラリーみかみで外遊びが楽しめます。
 毎週月曜日9:30~14:30(祝日は除く) 場所ギャラリーみかみ(約野488-1)



問い合わせ先:新宮町地域子育て支援センター TEL 963-0134 FAX 963-0127

※おたよりは、インターネットのホームページで見られます。

📍 新宮町社会福祉協議会 で検索!

お願い: 駐車場に限りがあり、利用者の皆様には大変ご迷惑をお掛けしております。
 公共の交通機関、徒歩乗り合わせ等ご協力をお願い致します。

生活リズムを身につけよう

入園、進級などで新しい環境に入る春は、生活リズムを見直すチャンスです。よい生活リズムを身につけることが、健康に過ごせる基本。ぜひ実践してみてください。

- ①早寝早起きを意識して**
 眠りは日中の疲れをいやし、成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。お子さんが夜遅くても9時までには寝て、朝は7時までに起きるように促してみましょう。
- ②朝ごはんを食べよう!**
 朝ごはんを食べないと、ぼーっとして、活力がわいてきません。元気の源となる朝ごはんは必ず食べましょう。
- ③うんちは済んだかな?**
 朝ごはんを食べると、腸が刺激されて動き出し、排便を促します。ごはんの後はうんちタイムをとり、トイレに座りましょう。

マタニティ&ママついの会

楽しく遊んでふれあって うちの子最高!
 ~新聞紙を使って遊ぼう~
 幼児教育専門家の熊丸みづ子先生の子育て講話です。新聞紙を使って子どもとのふれあい遊びもを行います。妊婦さんやパパの参加も大歓迎!笑って泣いて元気になれる先生の講話は、大好評です!

日 時 : 3月13日(火) 10:00~11:15
 場 所 : 社会福祉センター 大広間
 持ってくる物 : ・新聞紙 朝刊一日分
 ・母子健康手帳 (妊婦の方)
 予約開始日 : 2月20日(火)~

登録をお願いします!

かんがるーひろばは、1年毎に登録を行っています。3月まで利用されていた方も再登録となりますので、よろしくお願ひします。
 3月2日(金)より新規登録を受け付けますので、お声掛け下さい。

子育てについての情報はホームページをご覧ください

早寝のためにできること

- ①まずは早起きから**
遅く寝てしまっても、翌日は早く起こしましょう。夜も早く眠くなるので、布団に入りやすくなりますよ。
- ②朝の光でスタート!**
カーテンを開けて太陽の光を浴びましょう。目覚めが促されて、脳も体も活動を始めます。
- ③日中にしっかりあそび**
体を動かしてたくさんあそびましょう。心地よい疲れが夜の眠りを誘います。
- ④午睡は15時半までに**
家で午睡をするときも、遅くても15時半までに終わらせて。夜の眠りに影響します。
- ⑤おふろはぬるめに**
熱いおふろは、急激に体温が上がって目がさえてしまいます。お湯はぬるめにするのがポイントです。
- ⑥入眠前の習慣づけ**
毎晩、眠る前に「おやすみの習慣」をつけましょう。絵本を読む、布団に入っぎゅつと抱きしめるなどすると、眠りやすくなります。

おもちゃ選ぴとおもちゃ作りを体験☆「遊び」のステップアップセミナー

講師を迎え、子どもと一緒に楽しめる手軽に出来るおもちゃ作りを体験します。

日時: 3月20日(火) 10:00~12:00
 場所: 社会福祉センター 大広間
 定員: 30組程度
 予約開始日: 2月20日(火)~

1/30のリユース会でゆずりして残った洋服等は、リサイクル店にて換金し、換金分の672円は、赤い羽根共同募金に寄付させて頂きました。洋服等を提供していただいた方々、ご協力ありがとうございました。

新宮町ファミリー・サポート・センターのご案内

ファミリーサポートセンターとは、育児のお手伝い出来る人(提供会員)と子どもを預けたい人(依頼会員)が会員となり、センターが仲介して会員同士で支え合う会員組織です。会員になるには講習を受ける必要があります。

問い合わせ先:新宮町ファミリー・サポート・センター TEL092-692-9622 開所時間:月~金8:30~17:00