



問い合わせ

子育て支援センター 子育ての駅「ほのぼの」

TEL 025-772-7754



ほのぼの通信のQRコード

*ほのぼの通信に名前が変わりました



ぽかぽか陽気が、気持ちの良い季節となりました。今年度も引き続き、ほのぼの広場では、遊びに来て下さるみなさんが安心して過ごせるよう、気持ちの良い環境づくりに努めていきたいと思えます。かわいいお子さんと一緒に、遊びにきてくださいね♡

☆ 4月の各会場の予定 ☆

大和会場 (大和庁舎3階)	六日町会場 (イオン六日町店専門店館1階)	塩沢会場 (塩沢庁舎)
月・水・木	月・火・木～日	火・水・金
9:30～15:30	9:30～16:00 (ふれ愛広場 ～17:00)	9:30～15:30
11日 おはなしタイム 15日 にこにこタイム 17日 // 22日 誕生会	11日 栄養士訪問 13日 おりがみタイム おやこ体操教室 16日 おはなしタイム 18日 にこにこタイム 午後休館 19日 にこにこタイム 25日 サーキットの日 27日 紙あそびタイム おやこ体操教室 30日 誕生会	10日 おはなしタイム 19日 誕生会 23日 にこにこタイム 24日 //
		

六日町会場
乳幼児健診のため
午後休館になります
18日(木)

《時間》

- ・にこにこタイム 9:30～15:00
- ・誕生会・おりがみ・紙あそびタイム 11:00
- ・おはなしタイム 六日町・塩沢会場 10:30
- 大和会場 11:00
- ・サーキットの日 9:30～12:00
- ・おやこ体操教室 14:00～15:00



《にこにこタイム》

5月5日は、「こどもの日」です。子どもたちみんなが元気に育ち、大きくなったことをお祝いする日です。そんな願いを込めて、こいのぼりを一緒に作りませんか？成長の記念にぜひ、遊びに来てください。

日にち	大和会場	15日(月)	17日(水)
	六日町会場	18日(木)	19日(金)
	塩沢会場	23日(火)	24日(水)

時間 9:30~15:00



《誕生会》

毎月お誕生日を迎えるお友達の、お祝いをしています。みんなで歌を歌ったり、出し物を見たり、楽しい時間を過ごしましょう。今年度は、車のデザインのメダルのプレゼントもあります。みんなで、お祝いしましょう♪

日にち	塩沢会場	19日(金)
	大和会場	22日(月)
	六日町会場	30日(木)

時間 11:00~11:30





《親子ふれあい遊び》



ふれあい遊びは、子どもとのスキンシップやコミュニケーションを図るのに、ぴったりの遊びです。スキンシップは、子どもに安心感を与えるだけでなく、大人も優しい気持ちになったり幸せを感じたりしますよね。こういった、安心感や親しみの気持ちは、子どもの心の安定や社会性の発達に必要不可欠です。忙しい毎日かと思いますが、ぜひ、お家でちょっとした時間に一緒に子どもたちと楽しい時間をすごしてくださいね♡

高のいをする

お家の方が仰向けに床に寝て、足の膝から先が床と平行になるように曲げ、その上に子どもをうつ伏せに寝かせます。膝から下を軽く上下・左右に動かし、子どもにバランスをとらせます。



トンネルくぐりをする

赤ちゃんは、トンネルくぐりが大好きです。くぐり抜けるときに「バー」と声をかけて、意欲づけましょう



ゆれる膝の上でバランスを保つ

お家の方の両膝の上に子どもを立たせ、支えてあげながら膝を使って軽く揺らします。



手を支えてもらい、バランス崩しをしてもらう

子どもを立たせて、最初は両手を支えて前後左右にバランスを崩していきます。

慣れたら、片手で支えて行きます。



《情報連絡メール配信中》

子育ての駅「ほのぼの」からのイベントのお知らせなどをメールで配信しています。情報の配信を受けるには、登録が必要です。登録には、QRコードからアドレスを取得し空メールを送信すると登録出来ます。

※ドメイン設定「minami-u.jp」





～良い生活リズムのサイクルを作ろう！



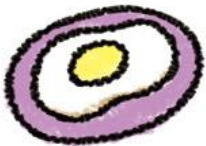
良い生活習慣と聞くと、思い浮かぶのは「早寝」「早起き」「朝ごはん」「運動（遊び）」…などかと思えます。それらの生活習慣は、互いに影響して、生活リズムのサイクルを作っています。

春は、新しい生活が始まり、生活リズムを作りやすい時期です。お子さんと一緒に、良い生活リズムを作りましょう。



・早寝

眠っている間に、体が成長したり、脳が記憶を整理します。睡眠は、体にも脳にもとても大切です。



・早起き

早起きすると、一日の生活リズムが整いやすくなります。「なかなか夜寝てくれない」と悩んでいる方は、まず、早起きの習慣をつけるとよいでしょう。



・朝ごはん

朝ごはんを食べることで、体が目覚めます。また、朝は体も脳もエネルギー不足です。朝ごはんをエネルギーチャージしましょう。



・運動（遊び）

よく体を動かすとお腹がすくので、ごはんをおいしく食べられます。寝つきもよくなり、生活リズムが整いやすくなります。

