

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



昼夜の寒暖差も大きくなり、衣服の調整が難しい季節です。空気が冷たくなるにつれ、ぽかぽかしたお日さまの暖かさをありがたく感じますね。秋から冬にかけての季節の変わり目に体調を崩し、風邪をひきやすくなります。規則正しい生活を心掛け元気に過ごしましょう。

六日町会場（ほのぼの広場 9:00~16:00/ふれ愛広場 ~17:00）

月	火	水	木	金	土	日
					1	2 ひらめき工作タイム 11:00
3	4 サーキットの日 9:00~12:00	5 休館日	6 いいお産の日 午前 10:00~12:00 午後 13:00~15:00	7 栄養士訪問（午前） 10:30~11:30	8 おやこ体操教室 14:00~15:00	9
10	11 おはなしタイム 10:45~11:15	12 休館日	13	14	15	16 ひらめき工作タイム 11:00
17	18 にこにこタイム 11:00~11:30	19 休館日	20 栄養士訪問（午後） 14:00~15:00	21 誕生会 11:00~11:30	22 おやこ体操教室 14:00~15:00	23
24	25 子育て支援講座 10:30~11:00	26 休館日	27 午後休館 4ヵ月健診のため	28	29	30

大和広場

月・水・木（9:00~15:30）

10日（月）にこにこタイム

11:00~11:30

17日（月）誕生会

11:00~11:15

塩沢広場

火・水・金（9:00~15:30）

12日（水）にこにこタイム

11:00~11:30

19日（水）誕生会

11:00~11:15

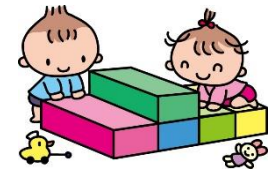


# にこにこタイム

みんなで、「探検ごっこ」を楽しみたいと思います。  
いつも遊んでいる広場の中を、双眼鏡を使ってみんなで探検に出発！！  
みんなの好きな食べ物はあるかな？動物たちに会えるかな？楽しみにして  
いてくださいね。

六日町広場では、布団山やトンネル、一本橋など、サーキットも準備して  
お待ちしております。ぜひ、遊びに来てくださいね。

日 程	10日（月）	大和会場
	12日（水）	塩沢会場
	18日（火）	六日町会場
時 間	11：00～11：30	



双眼鏡はプレゼント♡



# 子育て支援講座

今回のテーマは、「手の動きの発達と遊び」についてです。子どもたちは、  
成長と共に手を使っておもちゃであそぶようになります。食事も徐々に手  
づかみ食べから、スプーンをつかって食べるようになり、成長していきます  
。その成長の段階に合わせて、どのような遊びが良いのか、資料をもと  
にお話したいと思います。

日 程	25日（火）	六日町会場
時 間	10：30～11：00	



# いよいよお産の日のイベント

南魚沼地区助産師会は、「子育て・女性健康支援」の活動を行っています。  
申し込み、参加費は不要です。お気軽にお越しください。

日程 11月6日(木)  
時間 午前の部 10:00~12:00  
午後の部 13:00~15:00  
場所 六日町会場 ふれ愛広場



内容 \*相談コーナー(妊娠・出産・子育て・母乳に関すること)  
\*測定コーナー(身体測定、血圧測定)  
\*DVD鑑賞「赤ちゃんがピタリと泣きやむ魔法のスイッチ」  
\*その他…・おんぶひも「もっこ」の紹介  
・乳がん触診ミニモデルの展示  
・妊婦体験(妊婦ジャケット着用)



持ち物 母子手帳、乳房ケア希望の方はタオル3枚

〈こちらのイベントに関するお問い合わせ連絡先〉  
南魚沼地区助産師会 会長 笠原千代子  
☎090-4599-2968

## おやこ体操教室

六日町広場では、月2回、おやこ体操教室を行っています。  
この教室では、南魚沼市スポーツ推進委員の方が、子どもたちに体を動かす楽しさを教えてくれます。また、運動を通して体づくりの基礎を身につけるだけでなく、みんなで一緒に運動することで、順番を守るなどのルールを身につけ、コミュニケーションの取り方を学ぶことができます。汗をかくほど思いきり動いて楽しめますよ！  
申し込み、参加費は不要です。ぜひ、遊びに来てください！

11月開催日  
8日(土)  
22日(土)  
14:00~15:00



# 11月の保育園「にこにこ広場」

対象は入園前の親子で、予約は不要です。

保育園の子どもたちと遊んだり、催し物に参加して楽しみましょう。

妊婦さんも参加できます。（\*事前に連絡が必要です。）

どの地域の方でも参加できます。詳しくは、直接園にお問い合わせください。



日	曜日	保育園名	☎	時間	内容
5日	水	赤石	779-3008	9:45~ 10:45	保育園であそぼう
		大崎	779-2762		

## インフルエンザ対策はお早めに

インフルエンザに感染すると、高熱、せきや鼻水、のどの痛み、筋肉痛などのつらい全身症状を伴います。家族からうつることも多いので、みんなで予防を心がけましょう！

### 予防のために

- 1 予防接種を受けるようにする
- 2 外から帰ったら、必ずうがいと手洗いをする
- 3 栄養のある食事と、水分をしっかりとる
- 4 室内の湿度、温度に気をつけ、こまめに換気する
- 5 室温は20℃前後、湿度は60%くらいを保つ
- 6 人込みを避ける



たっぷりの  
睡眠も大切！



秋から冬にかけての季節の変わり目は、朝晩の気温の変化などから体調を崩し、風邪をひきやすくなります。特に、風邪よりも症状が重く感染力も強いインフルエンザに、0.1.2歳児がかかると、肺炎やインフルエンザ脳症を引き起こすこともあります。早めの風邪対策で冬を元気に過ごしましょう。



◎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」



◎六日町会場のみ、妊婦さんもほのぼの広場の見学可能です。事前に連絡が必要です。

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