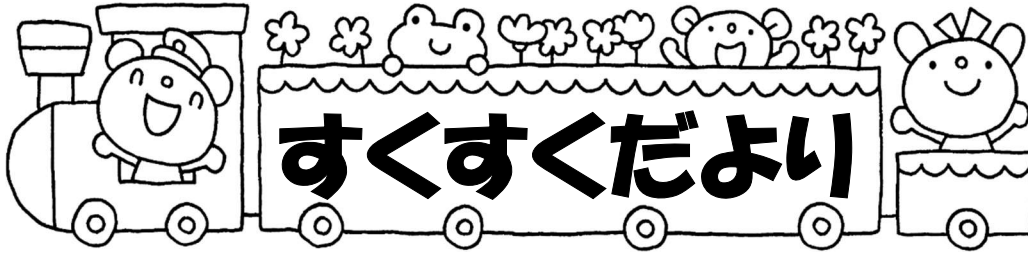


田尻町子育て支援センター



暖かな陽気とともに、新しい1年がスタートしました。日中はポカポカとした春の陽気を感じられるようになりましたね。この一年も、たくさん笑って、たくさんあそんで保護者の皆さんと一緒に子どもたちの成長を見守りたいと思います。

笑顔が絶えないすくすくセンターでは、子どもたちや保護者の皆さん一人ひとりに寄り添いながら『ほっとする』時間を過ごしてもらえるようスタッフ一同心がけています。今年度もよろしくお願いいたします。



わんぱく教室

わんぱく2 4月10日(水)

令和3年4月2日～令和4年4月1日生

わんぱく1 4月17日(水)

令和4年4月2日～令和5年4月1日生

わんぱく0 4月22日(月)

令和5年4月2日～令和6年4月生

いずれも午前10時～11時

場所 ぶんれ愛センター2階 予約 来所・電話で受付



計測相談



4月18日(木) 午前10時～11時30分

午後1時～3時

体重や身長等の計測、栄養、子育て全般の相談ができます。(助産師相談は午前・午後、栄養士相談は午後のみ受付)

場所 すくすくセンター 予約 来所・電話で受付

フータン倶楽部



対象	令和5年10月15日～12月10日生まれの子どもとその保護者
日程内容	①4月15日(月) ベビーマッサージ ②4月19日(金) リフレッシュ体操 ③4月24日(水) 離乳食教室 ④4月30日(火) ベビートーク 全て10時～11時30分
予約	来所・電話で受付
場所	ぶんれ愛センター 2階

絵本のよみきかせ

おはなしの会はっぴいぶっくさんによる絵本のよみきかせと図書室司書による本の紹介

4月26日(金) 午前10時30分～11時

場所 ぶんれ愛センター 2階

予約 来所・電話で受付します



一時預かり保育

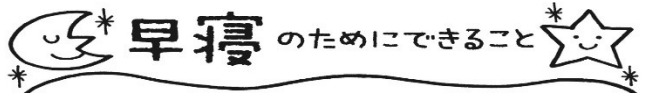
用事のある時やリフレッシュしたい時などに子どもを預かります

日時 月～金/午前9時～午後5時

対象 町内在住の生後6か月～就学前の子ども

利用にあたっては事前の登録が必要です

料金 1時間あたり 3歳未満 400円・3歳以上 250円



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ぶ

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入眠前の習慣づけを

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、布団に入ってからぎゅっと抱きしめるなどすると、眠りやすくなります。

