



# 子育てランド

R3年度 佐久穂町

## 赤ちゃんの健やかな育ちを支援する教室です

対象：1歳未満の赤ちゃんと保護者

時間：9:15~11:00 (受付 9:15~9:30)

場所：こどもセンター (健診室) または茂来館 (和室)

持ち物：母子健康手帳

◎持参したおやつの間食はやめましょう (水分は良いです)



# あそびの広場

R3年度 佐久穂町

## さまざまな体験を通して、子どもの健やかな育ちを応援する教室です

対象：1歳~未就園のお子さんと保護者

時間：9:15~11:30 (受付 9:15~9:30)

場所：こどもセンター (健診室) または茂来館 (和室)

◎持参したおやつの間食はやめましょう (水分は良いです)



月	日	内容	お知らせ/特別な持ち物 など
5	12	おともだちと仲良くなろう♪	年度初の顔合わせ♪ おやこ遊びやレクを通しておともだちと仲良くなろう。
6	16	ママの体ケア	講師は柳沢助産師さんです。ママの体のトラブルについてのお話です。姿勢のチェックやストレッチなど、みんなで一緒にやってみよう。
8	25	赤ちゃんの栄養	ぐんぐん成長する赤ちゃんの栄養についてのお話です。
9	22	成長の記録を残そう ~みんな大きくなったかな?~	手、足型をとって記念のカードを作ります。タオル持参で親子共に汚れても良い服装でお越し下さい。
10	13	赤ちゃんのスキンケア ~デリケートなお肌のために~	赤ちゃんのスキンケアについてのお話です。デリケートなお肌を守るために、どうケアをしていけばいいかな?
11	10	卒乳について	講師は柳沢助産師さんです。卒乳って、いつすればいいのかな? どうやればいいのか? 子どもの成長をイメージしながらみんなで卒乳について考えてみよう。
12	2	ママの集団健診	<b>会場：茂来館 託児あり</b>
R4.1	26	ママの体は元気かな? ~健診結果報告会~	あそびの広場と共同開催。 集団健診を受けていなくても参加できます。
2	9	生活リズムとメディア	講師は小林ひろみ先生です。生活の中でとても身近なメディア...子どもにはどのように影響するのかな?
3	9	おやこ遊び*	年度最後の子育てランド。みんなで一緒に今年一年を振り返ってみよう。

月	日	内容	教室の内容/特別な持ち物 など
5	26	おともだちと仲良くなろう♪	手形をとって自己紹介カードを作ります。タオル持参で親子共に汚れても良い服装でお越し下さい。
7	14	ほいくえんの一日*	保育園の1日の流れを体験・イメージしながら、入園準備の不安や心配なことにお答えします。
8	11	プールで思いっきり遊ぼう	水遊びができる着替えとおもちゃを持ってお越し下さい。雨天時は室内あそびになります。
9	8	からだを使って遊ぼう	講師はあさま塾の小野先生です。
10	27	絵本の世界 (パネルシアター)	図書館司書さんによる教室です。
12	2	ママの集団健診	<b>会場：茂来館 託児あり</b>
	8	すくすく子育て講座	講師はあさま塾の小野先生です。「トイレトレーニングがうまくいかない...」「こどもとの関わり方に悩む時がある」などの不安にお答えします。
R4.1	26	ママの体は元気かな? ~健診結果報告会~	子育てランドと共同開催。 集団健診を受けていなくても参加できます。
3	23	からだを使って遊ぼう	講師はあさま塾の小野先生です。

### 【 子育てランド・あそびの広場 共通 】

★ 育児相談は教室内で随時行っています。

○ 料金：佐久穂町に住民票がある方は無料 (町外の方は300円/回)

○ 諸事情により、中止・内容変更になる場合があります。

○ **教室で撮影した写真をホームページやfacebook等で使用します。ご了承ください。**



### みんなあそびにきてね!



【お問い合わせ】

佐久穂町役場 健康福祉課

健康づくり係 保健師

☎ 86-2528 (直) / 86-2525 (代)