

子育てランド

R4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

R4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

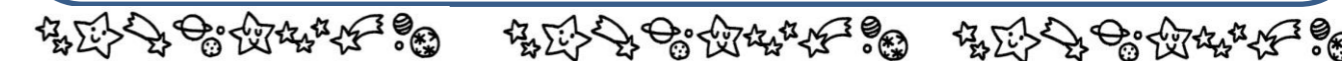
時間：9:15~11:30 (受付 9:15~9:30)

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)



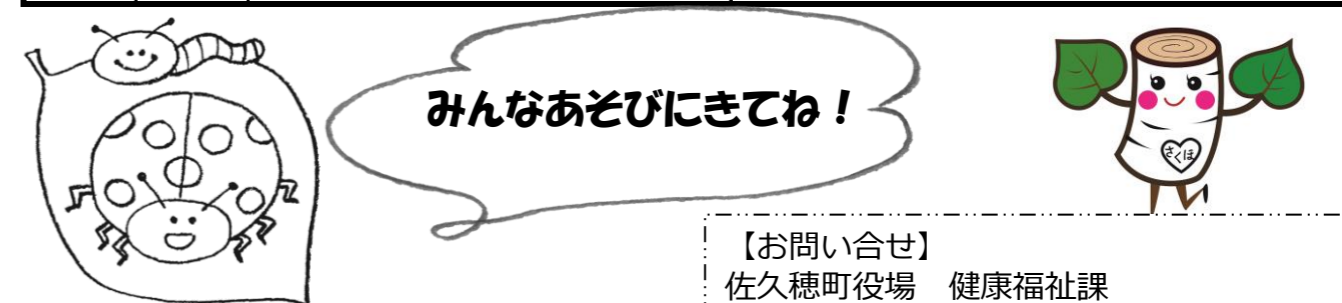
月	日	内容	お知らせ/特別な持ち物 など
5	18	おともだちと仲良くなろう☺	年度初の顔合わせ♪ おやこ遊びやレクを通しておともだちと仲良くなろう。
6	22	ママの体ケア	講師は柳沢助産師さんです。ママの体のトラブルについてのお話です。姿勢のチェックやストレッチなど、みんなで一緒にやってみよう。
8	24	ママと栄養🍴	つつい後回しにしてしまいがちな自分の栄養について考えてみませんか。
9	14	成長の記録を残そう ~みんな大きくなったかな?~	手型、足型をとって記念のカードを作ります。タオル持参で親子共に汚れても良い服装でお越し下さい。
10	26	赤ちゃんのスキンケア ~デリケートなお肌のために~	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	16	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	7	ママの集団健診	会場：茂来館 託児あり ※要予約制
	15	すくすく子育て講座	講師はあさま塾の小野先生です。「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。あそびの広場と共同開催です。
R5.1	25	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	8	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	8	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	25	おともだちと仲良くなろう☺	手型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。
6	29	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	10	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	28	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。
10	12	からだを使って遊ぼう	講師はあさま塾の小野先生です。
12	7	ママの集団健診	会場：茂来館 託児あり ※要予約制
	15	すくすく子育て講座	講師はあさま塾の小野先生です。「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。子育てランドと共同開催です。
R5.1	25	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	22	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。**



【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