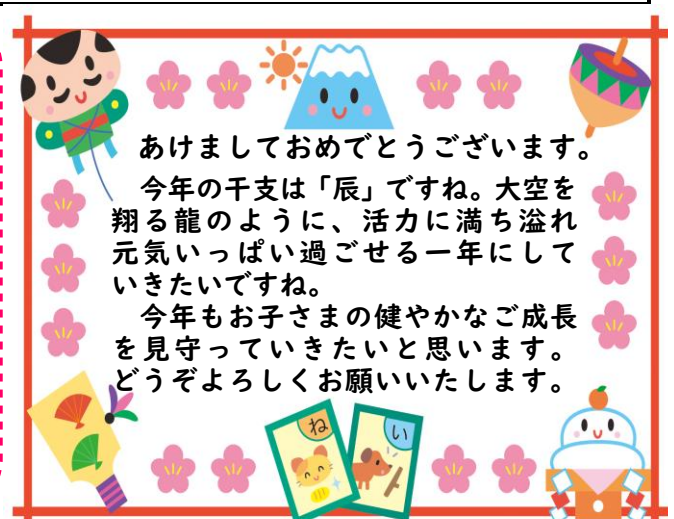


✨利用時間(予約要)9:00~16:00(月~金)
 ✨受付時間(予約含)9:00~16:00(月~金)
 ☎076-411-5058(桜谷子育て支援センター)
 ※完全予約制です。受付・問い合わせは時間内に
 直通の電話にてお願いします。

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---------------------------------|----------------------------------|-------------------------------|---|-----------------|----|----------------|
| 1 元日 | 2 年始休暇 | 3 年始休暇 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 成人の日 | 9 ベビーマッサージ (1/17)予約開始! | 10 身体計測 交通指導 | 11 体育指導(年長・中) | 12 かるた会 | 13 | 14 |
| 15 英語教室(年長) 個人懇談会(未満児)~19 | 16 ママケア&リズムあそび (1/24)予約開始! | 17 ベビーマッサージ PM13:30~ | 18 | 19 誕生会 | 20 | 21 |
| 22 読み聞かせ (1/30)予約開始! | 23 AM 電話相談のみ | 24 ママケア&リズムあそび AM10:00~ | 25 体育指導 | 26 AM 電話相談のみ | 27 | 28 保育参観(年長) |
| 29 パネルシアター (2/7)予約開始! | 30 読み聞かせ AM10:15~10:45 | 31 育児相談 身体計測 | ✨点線上段…支援センター行事 下段…保育園行事 ★支援センターが電話相談のみの場合もあります。 | | | |
| | | | | | | |

~お知らせ~ ※予約が必要です。
 ◆ベビーマッサージ…1/17(水) 保育園保育教諭 岡本 佳子
 時間…PM13:30~ (1時間程度)
 ※生後2ヶ月から、ハイハイ期までのお子様に限らせていただきます。
 初めての方を優先させていただきますので、ご了承ください。
 ※持参する物…バスタオル・着替え・紙オムツ・オイル(持っておられる方)
 ◆ママケア&リズムあそび…1/24(水)
 ハートビートライフ・オカ代表 大家 三穂 氏
 時間…AM10:00 ~ (1時間程度)
 親子で一緒に身体をリズムカルに動かしながら、リズム遊びを楽しみましょう。
 ママの骨盤エクササイズも、しっかり教えてもらえますよ!
 ◆読み聞かせ…1/30(火) 富山市立図書館よみきかせの会
 時間…AM10:15~(30分程度)
 小さなお子様も楽しめる絵本やわらべ歌の紹介もしてください
 ます。親子で一緒に触れ合いながら楽しみましょう。



冬に負けない体を作ろう
 乾燥している冬には、いろいろな病気が流行します。抵抗力と免疫力をつけて、病気になりにくい体を作りましょう。そのためには、ビタミンを多く含むにんじんやトマト、キャベツ、りんごなどの野菜と果物を十分にとることが肝心です。この他、海藻や納豆も抵抗力と免疫力を高めます。これらは、のどや鼻の粘膜を強くするので。風邪予防はもちろん、肌をつやつやにする効果も。元気な体を冬を乗り切りましょう!

