



～ 令和 8 年度 ～

☎076-411-5058 (桜谷子育て支援センター直通)

☆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)

月	火	水	木	金	土	日
	1 シェイクアウト訓練	2 Ns 交通指導	3 体育指導	4 Ns ☆すくすく教室 AM10:15～	5	6
7 ベビーヨガ (9/14) 予約開始!	8 英語教室 (年長)	9 Ns ☆身体計測 避難訓練	10 読み聞かせ (4.5 歳児クラス)	11 Ns 誕生会	12	13
14 Ns ☆ベビーヨガ AM10:15～	15	16 Ns ☆ママケア&リズムあそび AM10:00～	17 運動会予行招待②	18 Ns ☆ニコニコハッピーデー AM10:30～ 運動会予行①	19	20
21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24 AM 電話相談のみ ママケア&リズムあそび (9/30) 予約開始!	25 Ns PM 電話相談のみ 運動会準備	26	27
28 Ns ☆身体計測	29 足育教室 (10/7) 予約開始!	30 Ns	★親子サークル ☆育児講座 ◇点線 上段←支援センター行事 下段←保育園行事 Ns ←看護師 (基本・・・月・水・金)			

《おねがい》
身体計測を希望される方は
タオルをご持参ください。
(フェイスタオル・バスタオルどちらか)



9/18 (金) AM10:30～ ☆ニコニコハッピーデー☆

お誕生日を迎えるお友達をお祝いしましょう!
*ハーフ(1/2)バースディ *満1歳 *満2歳
写真撮影や、お誕生日の歌・“おはなし”など楽しく過ごしましょう。
メダルのプレゼントもご用意してあります。
※パパの参加も大歓迎! この時間は対象児親子以外の利用もOKです。
☆「ニコニコハッピーデー」参加の予約はいつでもお受けします。

つくってみよう! 遊んでみよう!

手作りおもちゃを作って一緒に遊んでみましょう。(利用時に作れます)
「シャカシャカ マラカス」 期間→9/1(火)～9/30(水)
乳酸飲料の空容器にキラキラな飾りやスズを入れて振ってみよう!
どんな音がするのかな…。 ※材料がなくなり次第終了とします。

★親子サークル★

★手形・足形アート
9月…「動物たちの音楽会」～楽器を手に持ち集まったよ!～
※事前の予約時に、アートの予約も合わせてお知らせください。
(予約の方、優先とします)

電話相談

お受けします!

「支援センターに遊びに行きたい
気持ちはあるけど、なんだか少し不安…
でも話を聞いてほしいな」と思った時は、
いつでも気軽にかけつけてくださいね。
何気ないお話から、始めましょう。

☆受付時間
9～12時
13～16時 です。



☆育児講座☆

☆すくすく教室 9月4日(金)AM10:15～ (30分程度)

講師…清水 看護師 (支援センター看護師)

テーマ…「子どもがかかりやすい感染症とケガの応急手当」

夏から秋にかけて気を付けたい感染症について、子どもによくあるケガの
応急処置について。また、薬の上手な飲ませ方・使い方を実際にやってみて
お伝えします。

☆ベビーヨガ 9月14日(月)AM10:15～ (30分程度)

講師…田島加奈絵 氏(ボディ・インスティテュート公認インストラクター)

◎対象月齢…ハイハイ期～1歳前後のお子様 (※初めての方優先)

◎持ち物…バスタオル

童謡を口ずさみながらママの骨盤ケア運動から始まり、衣服を着たままで
頭の下っぺんから首筋…背中、お腹、足のつま先へとゆっくりマッサージ
していきます。

☆ママケア&リズムあそび 9月30日(水)AM10:00～ (1時間程度)

講師…大家三穂 氏(ハートビートライフ・オカ代表)

◎持ち物…フェイスタオル・水分補給用飲み物 ※動きやすい服装

♪グーとパー♪の軽快な手遊びや曲に合わせて楽しくリズムあそび。
みんなで気持ちの良い汗をかきましょう!

《足育教室のご案内》

日時…10月7日(水)
AM10:00～

講師…山田優希 氏
(ドクターズ爪革命富山店代表)

内容…*靴の選び方・履き方
*爪の切り方
*足指遊び 等

☆体を支える足の重要性などを
紙芝居や資料を通してお話し
していただきます。



～便秘かなと思ったら～

排便の間隔は個人差があります。
5日くらい便が出なくても、機嫌が
よくいつもと変わらない様子なら心配
ありません。うんちがコロコロと固い、
血が混ざっている、排便のとき痛がったり
泣いたりする、おなかが張って苦しそう、
などのときは受診した方が安心です。野菜
の繊維不足や水分不足、食べる量が少な
いことも便秘の原因ですが、ふたから
体をよく動かしたり、おへその回りを
時計回りでマッサージするなど、
快便への習慣もつけましょう。

