

石巻市渡波子育て支援センター ～てんとうむし～



- ★午前の活動時間・・・ 9:30～11:30（活動によって変わります）
- ★午後の活動時間（あかちゃん☆ひろば・ハイハイ★ひろば）・・・ 13:00～15:00
- ★子育て相談（電話・来所）・・・ 9:30～16:00
子育てについての悩み、気になること等お気軽にご相談ください。☎ 25-0567
子育て相談で来所する方は事前に連絡をお願いします。
- ★子育てサークル活動支援日・・・サークルなどの団体に部屋貸しを行っています。

講座、制作など（カレンダーに色がついているところ）は人数把握のため予約をお願いしています。（当日の予約も OK です）

自由開放日は予約不要・時間内なら、いつ来ても、いつ帰っても OK です。

AM 自由開放日（0才～未就学児）9:30～11:30 （土曜日は 9:00～11:00）
PM 1才未満の自由開放日 1:00～3:00
（あかちゃん☆ひろば・妊婦～生後3か月）（ハイハイ★ひろば・生後4か月～11か月）

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---|--|--|--|---|
| 2 AM 自由開放日 (0才～未就学児) PM あかちゃん☆ひろば (妊婦～生後3か月 までの自由開放日) | 3 AM 子育てサークル 活動支援日 PM あかちゃん☆ひろば (妊婦～生後3か月 までの自由開放日) | 4 AM 自由開放日 (0才～未就学児) PM ハイハイ★ひろば (生後4か月～ 11か月までの自由 開放日) | 5 AM 保育参観のため お休み PM あかちゃん☆ひろば (妊婦～生後3か月 までの自由開放日) | 6 AM ハイハイレース PM ハイハイ★ひろば (生後4か月～ 11か月までの自由 開放日) | 7 休み |
| 9 AM 自由開放日 (0才～未就学児) PM あかちゃん☆ひろば (妊婦～生後3か月 までの自由開放日) | 10 AM 子育てサークル 活動支援日 PM 休み | 11 建国記念日 休み | 12 AM 親子で楽しく スキンシップ リラクゼーション PM あかちゃん☆ひろば (妊婦～生後3か月 までの自由開放日) | 13 AM 自由開放日 (0才～未就学児) PM ハイハイ★ひろば (生後4か月～ 11か月までの自由 開放日) | 14 AM 自由開放日 (9時～11時) PM 休み |
| 16 AM 成長測定 子育て相談 PM あかちゃん☆ひろば (妊婦～生後3か月 までの自由開放日) | 17 AM 稲井公民館 あそびのひろば PM あかちゃん☆ひろば (妊婦～生後3か月 までの自由開放日) | 18 AM 自由開放日 (0才～未就学児) PM ハイハイ★ひろば (生後4か月～ 11か月までの自由 開放日) | 19 AM 自由開放日 (0才～未就学児) PM あかちゃん☆ひろば (妊婦～生後3か月 までの自由開放日) | 20 AM 保健師による 健康講座 PM ハイハイ★ひろば (生後4か月～ 11か月までの自由 開放日) | 21 休み |
| 23 天皇誕生日 休み | 24 AM 子育てサークル 活動支援日 PM あかちゃん☆ひろば (妊婦～生後3か月 までの自由開放日) | 25 AM 自由開放日 (0才～未就学児) PM ハイハイ★ひろば (生後4か月～ 11か月までの自由 開放日) | 26 AM ミルク保健講話 PM あかちゃん☆ひろば (妊婦～生後3か月 までの自由開放日) | 27 AM 自由開放日 (0才～未就学児) PM ハイハイ★ひろば (生後4か月～ 11か月までの自由 開放日) | 28 休み |



2月の予定

●6日(金)ハイハイレース

(10:00 集合) **要予約**

ハイハイができる未歩行のお子さんが参加できます。参加記念写真をプレゼントします。

●12日(木)『親子で楽しくスキンシップ リラクゼーション』**要予約**

【講師】リラクゼーション mint セラピスト

佐野 由美さん

むくづき庵

佐藤 ともみさん

【時間】9:40~11:30 (9:30 集合)

【持ち物】フェイスタオル

リンパを流しながら、筋肉へのアプローチをします。

ふくらはぎ位までだせる服装で、靴下をはいてきてください。

調理実習のお知らせ



●3月10日(火)

ふれあいサロン・稲井あそびのひろば
『災害時の食事について～バッククッキング』

【時間】10:10~11:30 (10:00 集合)

【持ち物】親子の飲み物(水かお茶)

大人(エプロン、三角巾)

子ども(食事用スタイ、スプーン、フォークなど)

耐熱性のポリ袋を使ったバッククッキングで、

塩やきそばとにんじん蒸しパンを作ります。

材料費未定(1家族500円程度)は当日集めます。

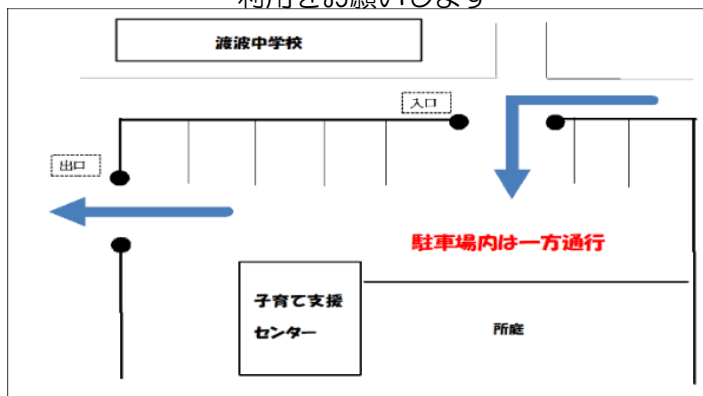
3月3日(火)までに、お申込みください。

アレルギーの有無もお伺いします。

締め切り以降の申し込みについてはご相談ください。

《駐車場についてのお願い》

安全確保のため、駐車場内は一方通行での利用をお願いします



●16日(月)

助産師による成長測定・子育て相談

予約は不要です【時間】9:30~11:30

(受付は10:30まで)

お子さんの身長と体重を測定します。

母子手帳をお持ちください。

助産師さんによる子育て相談もあります。

●20日(金)保健師さんによる健康講座

『イヤイヤ期の子育てのヒント』

【時間】10:30~11:30 **要予約**(10:20 集合)

何でもかんでもイヤイヤばかりでもう大変(≥◇≤)

と困っているお母さん、注目です。

保健師さんによる個別の相談もあります。

●26日(木)ミルク保健講話 **要予約**

『親子遊びと子育て座談会』

子どもの発達段階に合わせた絵本の読み聞かせや

ふれあい遊び、リズム遊び、手遊びをします。

また子育ての困ったことなど、みんなで語り合いながら親子一緒に楽しんで、ゆったりゆったり時間を過ごしましょう。

【講師】病後児保育室ミルク

【時間】10:30~11:30 (10:20 集合)

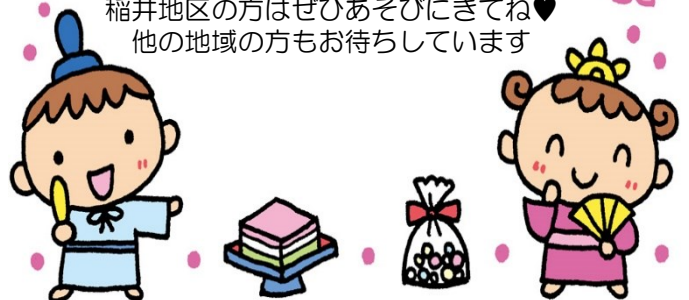
稲井公民館 あそびのひろばのお知らせ

毎月1回、渡波から稲井公民館に出張しておこなっています。

2月17日(火) ひな祭り制作

(受付は10時からです)
開始 10時30分~11時30分

稲井地区の方はぜひあそびにきてね♥
他の地域の方もお待ちしております



※親子の水分補給用の飲み物(水またはお茶)、外靴を入れる袋を持ってくるください。

※発熱、風邪症状(鼻水、咳など)のある方、体調の悪い方は、参加をお控えください。

石巻市渡波子育て支援センター(渡波保育所内)

住所: 〒986-2137 石巻市さくら町3丁目14番地 電話: 0225-25-0567 FAX: 0225-24-0668