

# 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。

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。

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）

月	火	水	木	金	土
2 AM 自由開放日 (0才～未就学児)	3 AM 子育てサークル 活動支援日	4 AM 記念カード制作	5 AM 記念カード制作	6 AM 自由開放日 (0才～未就学児)	7 AM 「親子ヨガ」 9:45～10:45
PM あかちゃん☆ひろば (妊婦～生後3か月 までの自由開放日)	PM 休み	PM ハイハイ★ひろば (生後4か月～ 11か月までの自由 開放日)	PM あかちゃん☆ひろば (妊婦～生後3か月 までの自由開放日)	PM ハイハイ★ひろば (生後4か月～ 11か月までの自由 開放日)	PM 休み
9 AM 自由開放日 (0才～未就学児)	10 AM 稲井公民館 あそびのひろば バックッキング	11 AM 自由開放日 (0才～未就学児)	12 AM 自由開放日 (0才～未就学児)	13 AM えほんびより	14 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)	PM あかちゃん☆ひろば (妊婦～生後3か月 までの自由開放日)	PM ハイハイ★ひろば (生後4か月～ 11か月までの自由 開放日)	PM あかちゃん☆ひろば (妊婦～生後3か月 までの自由開放日)	PM ハイハイ★ひろば (生後4か月～ 11か月までの自由 開放日)	
16 AM 成長測定・子育て 相談日	17 AM 子育てサークル 活動支援日	18 AM 自由開放日 (0才～未就学児)	19 AM 自由開放日 (0才～未就学児)	20 春分の日 休み	21 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)	PM あかちゃん☆ひろば (妊婦～生後3か月 までの自由開放日)	PM ハイハイ★ひろば (生後4か月～ 11か月までの自由 開放日)	PM あかちゃん☆ひろば (妊婦～生後3か月 までの自由開放日)		
23 AM 自由開放日 (0才～未就学児)	24 AM 子育てサークル 活動支援日	25 子育て相談日 (電話相談のみ)	26 子育て相談日 (電話相談のみ)	27 子育て相談日 (電話相談のみ)	28 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)	PM あかちゃん☆ひろば (妊婦～生後3か月 までの自由開放日)				
30 子育て相談日 (電話相談のみ)	31 子育て相談日 (電話相談のみ)	3/25～4/3(金)まで、 子育て相談日（電話相談 のみ）になります。 よろしくお願いします。		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歳未満の自由開放日 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）	



## 3月の予定

### 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。  
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

### 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～パッキング』

【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パッキングで、  
塩やきそばと、にんじん蒸しパンを作ります。  
材料費(1家族400円)は  
当日集めます。

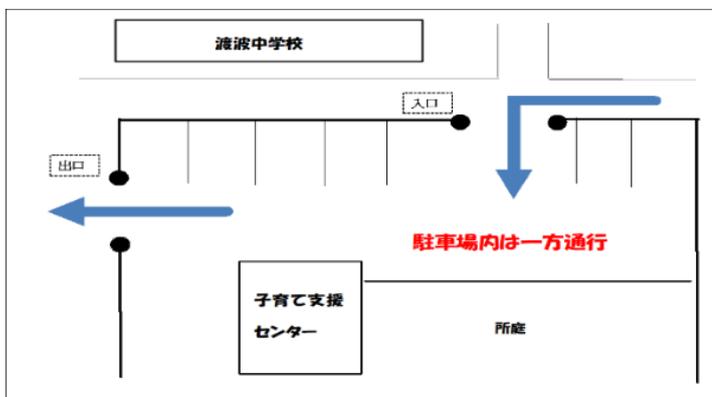
3月3日(火)までに、お申込みください。  
アレルギーの有無もお伺いします。

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



※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。

### ●4日(水)、5日(木)記念カード制作

【定員】各日3組まで **要予約**  
成長の記録や記念に  
子どもの手形や足形を  
花や動物に例える  
手形アートカードを制作します。  
親子で汚れてもよい服装で来てね。



●7日(土)親子ヨガ **要予約**(6組まで)  
【講師】ヨガ教室～彩～ 鈴木 美香さん  
【時間】9:45～10:45 (9:30 集合)  
動きやすい服装で来てください。  
水分補給も忘れずに!  
親子でリフレッシュしましょう(\*^▽^\*)

●13日(金)えほんびより **要予約**  
【時間】10:30～11:30 (10:20 集合)  
石巻市図書館から司書さんが出張して、絵本や児童書、子育てに関する本の貸出、返却、予約、貸出券の作成をおこなっています。絵本の読み聞かせや、講話(絵本の選び方や読み聞かせについてのアドバイスなど)もありますよ。  
わらべうたや、大型絵本が人気です。

●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。

