



育児ワンポイント

季節の変わり目はゆったりとした生活を

春先は天候が不安定で、体に負担がかかります。
暖かくなってきたと油断せず、体調管理に気を配りましょう。

子どもは疲れていてもうまく言葉に表せません。
「顔色がさえない」、「表情に元気がない」などのちょっとした変化を見逃さないことが大切です。

大人も天候の変化で体調を崩すことがあります。
週末は、子どもとゆっくり過ごす時間を作れると良いですね。



しまばら 子育て情報



問い合わせ先

子育て支援室 (☎ 62-4015)

市保健センター内 (霊南二丁目 45)

E-mail : kosodate@city.shimabara.lg.jp

親育ち講座 NP (ノーバディーズパーフェクト) ~完璧な親なんていない~

子育ての仕方について、それぞれ抱えている悩みや関心のあることをグループで話し合いながら、自分にあった子育ての仕方と一緒に考えてみませんか。

▶と き 5月~7月

※詳しい日程は決まり次第、市ホームページなどでお知らせします

▶ところ 市保健センター

▶対象者 市内在住で1歳から小学校就学前の乳幼児を持つ親

▶募集人数 14人※託児ができません

▶参加料 無料 (ただし、お茶代として500円が必要です)

▶申込方法 子育て支援室に電話で申し込んでください



笑顔で子育て 育児サークル

育児サークル 10時~12時

育児サークルは、親子で楽しみながら子育てができるように、情報交換と友だちづくりのきっかけとなるような場を設け、参加者の交流を行っています。

育児サークル	内容	場所
きらら kids (第1火曜)	4月4日(火) ママ友とおしゃべりしよう	有明保健センター
こいこいひろば (第1水曜)	4月5日(水) 親子ふれあいあそび	霊丘公民館
にこにこ kids (第1木曜)	4月6日(木) 絵本いっぱいおはなし会	安中公民館
のびのび kids (第2火曜)	4月11日(火) ボールがいっぱい	三会農村環境改善センター
すくすくげん kids (第3木曜)	4月20日(木) こいのぼり作り	杉谷公民館
ぱびぷキッズ (第4木曜)	4月27日(木) おしゃべりタイム	市保健センター
きらら kids (第1火曜)	5月2日(火) こどもの日おたのしみ会	有明保健センター

親子ふれあいあそび (4月5日開催)



こいのぼり作り (4月20日開催)



※食生活改善推進員・ありあけ母親クラブによる手作りおやつもあります