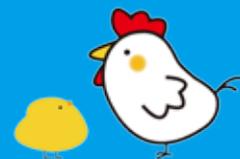


しまばら 子育て情報



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

ママたちのためのリフレッシュ講座

日常の忙しさを少しだけ忘れて、ホッと
した時間を持ってみませんか。

▶ 日 程

2月3日 (月) 10:30 ~ 11:30

▶ ところ 市保健センター

▶ 内 容 エアロビクス&ヨガ
講師：北島由美子先生

▶ 対象者 小学校就学前の子どもがいる
お母さん (※託児ができます)

▶ 申し込み先

子育て支援室 (☎ 62-4015)

育児ワンポイント

ママとパパとの楽しい遊び

遊びは、赤ちゃんが育つために必要不可欠な要素です。目を合わせず、一日中だっこするのではなく、赤ちゃんの目を見つめて優しく話しかけてみましょう。

オムツを換えるときに、足やおなかをさすったり、手足を曲げたり伸ばしたり、「こしょこしょ」と体をくすぐったりしてみましょう。



生後2カ月ごろ



パパやママが近づいたり、話しかけたりすると、目を輝かせます

生後4カ月ごろ



あやすと声を立てて笑います

笑顔で子育て

育 児 サ ー ク ル



2月の育児サークル 10～12時

育児サークル	内 容	場 所
きらら kids (第1火曜日)	2月4日 (火) お雛様づくり	有明保健センター
こいこいひろば (第1水曜日)	2月5日 (水) バレンタインクッキング	霊丘公民館
にこにこ kids (第1木曜日)	2月6日 (木) 冬のおやつづくり	安中公民館
のびのび kids (第2火曜日)	休み	三会公民館
すくすくげん kids (第3木曜日)	2月20日 (木) お雛様づくり	杉谷公民館
ぱぴぷキッズ (第4木曜日)	2月27日 (木) お雛すしづくり	子育て支援室

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



バレンタインクッキング

※保健師・栄養士による乳幼児相談も行っています (9時30分～11時 こいこいひろばを除く)
※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