

育児ワンポイント 親子で楽しむ読書の秋

小さい子どもたちは、身近な生活に関する絵本が大好き。繰り返し読んで自分の中に取り込んでいきます。大きくなってくると、物語の世界も楽しめるようになります。



秋の夜長、おうちでのんびりお子さんと絵本を読んで素敵な時間を過ごしてみませんか？

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

日常の忙しさをほんの少しだけ忘れて、ホッとした時間を持ちませんか。

▶ **対象者** 小学校就学前の子どもを在宅で育てている母親
※託児ができません

▶ **申し込み先** 子育て支援室 (☎ 62-4015)

開催日	時 間	場 所	講座内容
11月19日 (水)	10時30分～	有明保健センター	楽しいダンスとストレッチ (講師：佐藤美由紀先生)
12月1日 (月)	11時30分	市保健センター	ベビーダンス (講師：森本洋子先生)



ダンスとストレッチ



ベビーダンス



笑顔で子育て

育 児 サ ー ク ル



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。

どなたでも自由に参加できますので、お友達と楽しい時間を過ごしてみませんか。

11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)	11月4日 (火) 秋を楽しもう	有明保健センター
こいこいひろば (第1水曜日)	11月5日 (水) 親子でゆったりヨガ	霊丘公民館
にこにこ kids (第1木曜日)	11月6日 (木) 救急法を学ぼう	安中公民館
のびのび kids (第2火曜日)	11月11日 (火) 秋のクッキング	三会農村環境改善センター
すくすくげん kids (第3木曜日)	11月20日 (木) 交通安全教室	杉谷公民館
ぱぴぷキッズ (第4木曜日)	11月27日 (木) 楽しいクッキング	市保健センター



寒ざらし



人参・小松菜の蒸しケーキ

※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