

子育て支援総合センター からのお知らせ

問・申

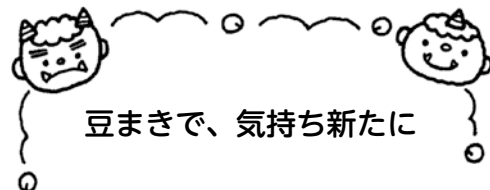
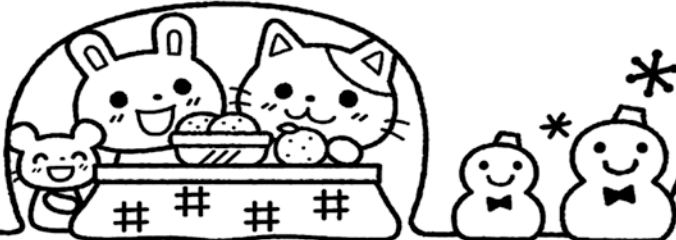
子育て支援総合センター

☎ (71) 3377

休館日 2/2・9・11・16・23・24
(日/祝日/振替休日)

大切な自律神経の働き

自律神経がバランスよく働くことで丈夫な体づくりや免疫力アップ、精神的な安定、危険察知能力も高くなると言われています。そのためには、規則正しくメリハリのある生活が大切です。外に出て寒さを感じることで体を温めようと自律神経が働きます。外で活発に遊ぶと心拍数が上がり体温も上がってくると、調整しようとまた自律神経が働きます。体に備わっている本来の働きを経験することで、自律神経の働きは強まり丈夫な体になります。目に見えない自律神経を育むのも、大人の大切な役割といえそうですね。



豆まきで、気持ち新たに

2月3日は節分です。「鬼は外、福は内!」と豆をまきながら、病気や厄災を追い出す行事です。子どもたちの中にいる、泣き虫鬼、怒りんぼ鬼、病気鬼、いたずらっ子鬼。さあ、どんな鬼を退治しようかな?



横溝千鶴子記念子育て支援総合センター(めばえ) ☎ (71) 3377

イベント	対象	日程	時間	備考
保健師の育児相談	未就学児の保護者	2/3 (月)	11:00~12:00	お子さんの発育や発達で心配なことをお気軽にご相談ください。 ☎不要
ママと一緒に おはなしタイム	未就学児と保護者	2/4 (火)	11:00~11:30	おはなしボランティア「まめの木」によるおはなし会です。 ☎不要
お誕生会		2/12 (水)		出し物：大型絵本・大型紙芝居 プレゼント：バースデーカード (お子さんの手形・足形を押しして) ☎不要
子ども発達相談員 (心理士)の育児相談	未就学児の保護者	2/20 (木)	11:00~12:00	お子さんの発育や発達で心配なことをお気軽にご相談ください。 ☎不要
親子製作	未就学児と保護者	2/17 (月) ~3/3 (火)	10:00~15:00	ひなまつりにちなんだ製作を親子で作ってみませんか。 ☎不要
子育て講座 「親子で楽しむ リトミック」	①6か月~1歳 位までの乳幼児 と保護者	2/27 (木) 3/12 (木) ※2回で 1コース	10:00~10:30	様々なリズムに合わせて親子で身体を動かします。いろいろな楽器の振動にも触れ、耳や体で音を感じましょう。 定 各15組 講師：榎 久美子氏、小林 晴奈氏 ☎ 2/13(木) ~
	②1歳~3歳の 乳幼児と保護者	10:45~11:30		
健康に関する子育て講座 「乳幼児の病気とケガの 対応」	未就学児の保護者	3/2 (月)	10:00~11:30	いざという時に慌てないように対処方法や病院にかかるタイミングを学びましょう。 定 15名 講師：東海大学医学部付属大磯病院 看護師 馬場 晴美氏 ☎ 2/3(月) ~

石坂卷子記念子育て支援センター ☎ (61) 4150

イベント	対象	日程	時間	備考
子ども発達相談員 (心理士)の育児相談	未就学児の保護者	2/13 (木)	11:00~12:00	お子さんの発育や発達で心配なことをお気軽にご相談ください。 ☎不要
保健師の育児相談		2/14 (金)	11:00~12:00	
お誕生会	未就学児と保護者	2/18 (火)	11:00~11:30	☎不要
ママと一緒に おはなしタイム		2/25 (火)	11:00~11:30	おはなしボランティア「あおむし」によるおはなし会です。 ☎不要
親子製作		2/17 (月) ~3/3 (火)	10:00~15:00	ひなまつりにちなんだ製作を親子で作ってみませんか。 ☎不要

※定員がある講座は先着順となります。 ☎申込み 定 定員