



たけのこだより 5月号

桜もそろそろ葉桜になり、季節の移り変わりが感じられます。子育て支援センターでも、新しいお友達が遊びに来てくれるようになり、先輩さんと一緒に過ごす穏やかな時間が流れています。支援センターは、子育てに関わる皆さんのが誰でも立ち寄れる場所です。悩み相談だけじゃなく、ただ誰かと話したい、話を聞いてほしい時にも利用してくださいね。

毎日が「なんだりかんだり座談会」です。0226-46-3042をブッシュ！&レッツゴー！

皆さんのお越しを心からお待ちしています！！



【子どもの日お楽しみ誕生会】をします

○5/7（水）10：30～

地域子育て支援センターにて行います

5月生まれのお友達をお祝いします

子どもの日イベントとして、

こいのぼり顔出しパネルやこいのぼり壁面

前での写真撮影会・大人のお楽しみ会など

ご用意しています。

【6月のカレンダー作りの会】

○5/21（水）来館順に作ります

定員：10組（要予約）

【栄養士さんと話そうの会】

○5/1（木）11：00 過ぎ～

管理栄養士さんに直接話ができるチャンスです。心配なことあれこれ聞いてみてね♡



『赤ちゃんの睡眠リズム』

生まれたころの赤ちゃんは、昼夜の区別がなく、ほぼ一日眠っていますが、出生後から4ヶ月ごろまでの間に、昼は大人がかわってあそび、夜は暗くて静かな環境を整えることが大切です。

そうすると、5ヶ月を過ぎるころからは、「昼間起きて、夜眠る」という、睡眠リズムが整っていきます。このころはママもご家族もお疲れの時期、明日できることは明日にして、赤ちゃんと一緒にすやすや眠ってしまう日があっていいと思いますよ。



【リラックスヨガの会】

★ヨガインストラクター千葉珠樹先生が今年も年5回、教室を開催します
★5月28日（水）10：30から
★地域子育て支援センターで行います
★心身を十分にほぐし、リラックスヨガをたっぷり1時間体験してください。

★お子さんは同室内でスタッフが託児します。

★定員：8組

★受講料：無料

★予約方法

①電話で予約（46-3042）

②センターに遊びに来た時に予約





5
月

【問合せ先】
・地域子育て支援センター ☎46-3042
・戸倉地区子育て支援センター ☎28-9366
・歌津地区子育て支援センター ☎28-9656
・子育て支援係 ☎46-1402

日	月	火	水	木	金	土
				1 開放施設 地域 栄養士さん と話そうの 会	2 開放施設 地域・歌子 リユースデー	3 憲法記念日
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7 開放施設 地域 こどもの日 お楽しみ会 誕生会	8 開放施設 地域	9 開放施設 地域・歌子 リユースデー	10
11	12 開放施設 地域・戸子	13 開放施設 地域・戸子	14 開放施設 地域	15 開放施設 地域・歌子	16 開放施設 地域・歌子 リユースデー	17 南三陸町立 小学校 運動会
18	19 開放施設 地域・戸子	20 開放施設 地域・戸子	21 開放施設 地域 6月の カレンダー 作り	22 開放施設 地域・歌子	23 開放施設 地域・歌子 リユースデー	24
25	26 開放施設 地域・戸子	27 開放施設 地域・戸子	28 開放施設 地域 リラックス ヨガの会	29 開放施設 地域・歌子	30 開放施設 地域・歌子 リユースデー	31

○地域子育て支援センターでは南三陸町に住所のある1歳6か月から就学前までのお子さん
「一時預かり事業」を実施しています。詳しい利用方法については、

地域子育て支援センターへ連絡してください（☎0226-46-3042）

○「子育て相談」もお受けしております。電話相談・直接お会いしての相談を利用できます。

一人で悩まず、ご連絡ください。（地域子育て支援センター☎0226-46-3042）

○カレンダーに記載されている地域・戸子・歌子は、その日に開館されている施設です。