

赤ちゃん通信

10月 ぐーちーぱー

2025



子育て支援センター 10月・11月の日程

●赤ちゃん交流広場「はんびふち」

場所:会津稽古堂 時間 9:30~11:00

○10月7日(火)「自己肯定感講座・手形アート体験」
～親子で育む自己肯定感講座を聞いたり、
アート体験を一緒にしましょう!～

○10月21日(火)「赤ちゃん交流広場」
～親子交流・身体測定・手作りおもちゃ～

○11月11日(火)9:45～「離乳食講座～後期食～」
対象:8ヶ月～1歳3ヶ月児の保護者(託児あり)
持参物:こどもノート(お持ちの方)

○11月18日(火)「赤ちゃん交流広場」
～親子交流・身体測定・健康相談会～
10月申し込み 11月申し込み
内容詳細はこちらから 内容詳細はこちらから
(申し込み受付中) (10月10日～受付開始)



●子育て交流広場「はんびクラブ」

時間 10:00~11:30

○10月1日(水)「動いて遊ぼう・誕生会」
場所:ふれあい体育館～親子一緒に体を動かし遊びましょう～

○10月29日(水)「英語でハロウィン♪」場所:ふれあいハウス～
英語教室の先生と英語に触れながらハロウィンをします～

○11月12日(水)「カレンダー作り・誕生会」
場所:ふれあいハウス～2026年カレンダーを親子で作しましょう～

○11月28日(金)「親子でリトミック」場所:会津稽古堂
～音に合わせて体を動かそう～ 運動靴でご参加ください

○11月17日(月)「親子ズンバ」
場所:会津稽古堂
～幅広い年齢層で踊れる“ズンバ”を
親子で踊ってみましょう～



ズンバ
申し込み
は
こちら

10月申し込み 11月申し込み
内容詳細はこちらから 内容詳細はこちらから
(申し込み受付中) (10月10日～受付開始)



10月になりましたがまだまだ暑い日が
続いていますね。暑い中でもトンボが飛
んだり、ドングリが実ったり…季節は秋に
移っています。

スポーツの秋!読書の秋!ぜひ子育て
支援センターにて体を動かしたり、一緒に
絵本を読んだりしましょう!



離乳食
講座
～初期食～

はんび
クラブ
交流会
&
健康
相談



公園遊び



秋のお散歩

★子育て支援センターの内容紹介★

わらべうたキッズマッサージ

はんびクラブの交流会の中で“わらべうたキッズマッサージ”をし、体を動かしました。
ベビーマッサージを体験した子も多いはんびクラブのお友だち。体が大きくなるとなかなかマッサージができなくなりますが、そんな時にできるのがキッズマッサージです。

寝返りやハイハイの時期のお子さんからできますので、ご家庭でもぜひ親子で行ってみたいですね!



※大人の手を子どもの脇から通し、前で組んで左右に揺らします。
★子どもは大人に体を預けてぶらぶらを喜びます。
最後の“とんでいけ～”で大人を軸にこどもを一回転させるのも楽しいです

♪ブーランコ ブーランコ おはなも ゆーらゆら
おそろも ゆーらゆら おそろへ とんでいけ～

『イクベ』は子育て支援の情報を1ヶ月前から掲載しています♪その他、会津若松市のイベント情報などもあります★詳しくは『イクベ』で検索してみてください!

◇発行◇

お気軽に
ご利用下さい♪

中央保育所子育て支援センター TEL:0242-28-6926

会津若松市花春町2-1

URL:www.city.aizuwakamatsu.fukushima.jp

☆所庭開放・絵本貸出・電話相談もおこなっています。平日9時～17時



★親子でほっこりわらべうた★



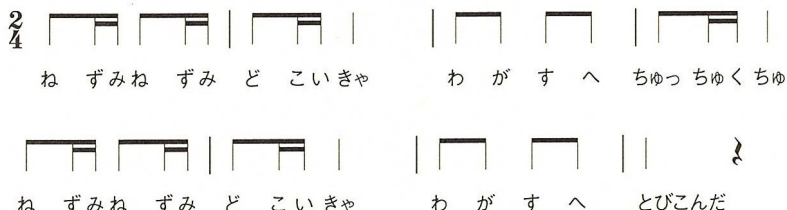
★ねずみねずみ★



わらべうたで親子でゆっくりとした時間を...

～腕あそび～

子どもの手を取り、大人の人さし指と中指を子どもの手首から上腕に向かって歩くように動かしていき「とびこんだ」で脇の下をくすぐる。



赤ちゃんとの

絵本の時間

《会津図書館の司書さんより、赤ちゃん向けの絵本の紹介コーナー》



身近な鳥のえほん



『からすが かあ!』
とうごう なりさ 〓 作 福音館書店

柿の木にとまったカラスが仲間を呼んでいます。
おいしい柿の実を食べたり、水あそびをしたり...
夕暮れの空を羽ばたく姿に秋の風を感じる版画の絵本です。



『すずめ ちゅん』
あらかわ かおる 〓 文
あらかわ みつる 〓 絵 福音館書店

ご飯を食べる一羽のすずめ。
砂あそびをする三羽のすずめ。
みんなで枝に集まって、なにをしているのかな?



●会津図書館のもよおし●

★赤ちゃんおはなし会★

10月2日(木)・16日(木)

10:30~11:00

★0~3歳のおはなし会★



絵本のご相談や、
おはなし会のお問い合わせ
会津図書館
栄町3-50(会津稽古堂2F)
TEL: 0242-22-4711
FAX: 0242-22-4702

お気軽にどうぞ!

★看護師による健康情報コーナー★

10月10日は
目の愛護デー

【 離れてみる! 】

TVや本は目から離して見ることで
目が疲れにくくなります。

TVは、画面の高さの3倍
スマホ等は、30cm以上離して

見ること目への負担がグッと減ります。

「10」を横にすると、まゆと目に見えるので、
10月10日は、「目の愛護デー」となっています。



目に優しい生活をしましょう

【 いろいろなものを見せよう! 】

様々な距離のものを見ることで
「見るチカラ」を育てます。

遠くを見る時は目の周りの筋肉がゆるみます。
目の周りがりラックス状態となり、
目の疲れ軽減や視力の回復につながります。

遠くを見せる時は、
「あの木のてっぺんを見てごらん」
など具体的に声をかけてあげましょう。