



赤ちゃん通信

ぐーちーぽー

2025



寒かった冬が終わり、暖かな日差しが降り注ぐ春がやってきました。

暖かくなり、お子さんとお出かけしやすい季節となりましたね。ぜひ、子育て支援センターにもお越しください。一緒に遊びながら楽しい時間を過ごしましょう。

子育て支援センター 4月・5月の日程

●赤ちゃん交流広場「はんびぶち」

時間 9:30~11:00

- 4月8日(火)「赤ちゃん交流広場」
～健康相談・身体測定・交流会～
- 4月22日(火)「産後ダンス」
～助産師と体を動かしましょう!～

- 5月13日(火)「赤ちゃん交流広場」
～手形アート・身体測定・交流会～
- 5月20日(火)「わか家の防災」
～赤ちゃんと一緒に避難するために～
- 5月31日(土)「赤ちゃん交流広場」
～親子交流・わらべうた、ふれあい遊び～



4月申し込み

内容詳細はこちらから
(申し込み受付中)

5月申し込み

内容詳細はこちらから
(4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

- 4月16日(水)「からだバーでリフレッシュ」
～親子で体を動かしましょう～
- 4月23日(水)「いちご狩り・誕生会」
～観光園久ちゃんにていちご狩り!～



- 5月21日(水)「春の鶴ヶ城散歩・おはなしの会・誕生会」
～春の自然に触れながら散歩しましょう!～
- 5月28日(水)「うごいてあそぼう」
～広い体育館で親子で遊びましょう!～



4月申し込み

内容詳細はこちらから
(申し込み受付中)

5月申し込み

内容詳細はこちらから
(4月10日～受付開始)

先月の支援センターの様子



★子育て支援センターの内容紹介★

3月4日(水)わらべうたベビーマッサージ

はんびぶちにてわらべうたベビーマッサージを開催しました。

参加対象月齢は2～7か月と低月齢児ではありませんが、その他の月齢、大きいお子さんにも効果のあるマッサージですので、ねんねが難しいお子さんは抱っこや向かい合わせに座って、ぜひおこなってみてください。

<足指裏>

・足の指先まで器用にさせることが知能の発達、足の発達につながります。足は第二の心臓といわれています!

親指の付け根には大敦(たいとん)というツボがあり、寝つきが悪いときに効果があります。



※小指から1本ずつ指をコロコロ撫でながら爪を軽く押さえ、引っ張ります。

『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
会津若松市花春町2-1

☆所定開放・絵本貸出・電話相談もおこなっています。平日9時～17時

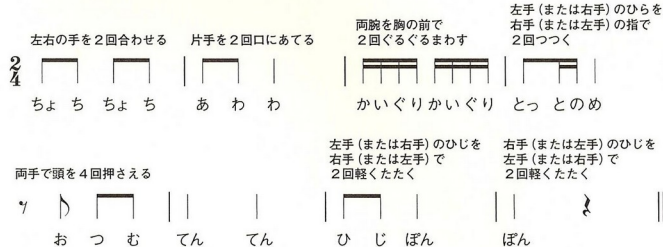
TEL:0242-28-6926

URL:www.city.aizuwakamatsu.fukushima.jp



★楽しいわらべうた★

♪ちょちょちょ あわわ♪



*腕遊び*9ヶ月から

子どもを膝に抱き、子どもの手を取って動かす。



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》



いやいやのえほん

『ぞうちゃんのいやいや』

三浦太郎 作

講談社

ぞうちゃんは、きれいなものは「いやいや」。好きなものは「もっかい」。でも「いやいや」から「もっかい」に変わるものもあって・・・。

2つの言葉の繰り返しがとても可愛いらしい1冊です。

ぞうちゃんの いやいや



『いやだいやだ』

せなけいこ 作・絵

福音館書店

なんでも「いやだいやだ」のルルちゃん。お母さんや大好きなおやつ、おひさまたちもルルちゃんに「いやだいやだ」と言ってきて・・・切り絵とシンプルな言葉で表現した絵本です。



●会津図書館のもよおし●

★赤ちゃんおはなし会★

4月3日(木)・17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(会津橋古堂2F)
TEL: 0242-22-4711
FAX: 0242-22-4702
お気軽にどうぞ!



朝のスタートが1日の鍵

①決まった時間に起こしましょう

寝るのは遅くても起こす時間は変えずに時間を決めて起こしましょう。睡眠のリズムも整い、身支度や朝ごはんの時間もとれます。

③身だしなみを整えよう！

顔を洗い、目や口の周りの汚れをきれいに拭いてあげましょう。身だしなみを整えると心も整います。虫歯予防に歯ブラシもできると良いですね。



②朝ごはんは1日の
元気スイッチをオンに！

朝ごはんは、きちんと食べてきましょう。空腹では元気もでません。また栄養不足にもなり発育発達にも影響します。朝ごはんを食べることで、体・頭・おなかのスイッチをオンにしてあげましょう。

④トイレにいきましょう！

ウンチは体の調子を知る手掛かりになります。朝のトイレタイムを習慣にしましょう。

