2026年11月号

子育てサロンだより

和寒町子育て支援センター『こども館』
TEL（0165）32-3125

11月の行事予定

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
	文化の日（休館）	ふれあい遊び（10:30～11:30）		お話し会（10:30～11:30）	休館
9	10	11	12	13	14
		ベビーキッズマッサージ教室（10:30～12:00）		お話し会（10:30～11:30）	休館
16	17	18	19	20	21
		ふれあい遊び（10:30～11:30）		ティータイム（10:30～12:00）	休館
23	24	25	26	27	28
勤労感謝の日（休館）		ストレッチ教室（10:30～11:30）		お話し会（10:30～11:30）	休館
30					

あそびの広場　月～金曜日 9:00～12:00 13:00～16:00

遊びの部屋を自由開放しています。おもちゃや遊具などで遊んだり、親同士の交流の場としてもご利用ください。

お話し会　6・13・27日（金）10:30～11:30

エプロンシアター、紙芝居、絵本など用意してお待ちしています。お気に入りのお話しが見つかるかもしれません。

ティータイム　20日（金）10:30～12:00

お茶を飲みながら、ゆっくりとした時間を過ごしてほしいと思います。ぜひお越しください。

『あそびの広場』、『お話し会』、『ティータイム』の申込みは不要です。

11/11(水)　『ベビー・キッズ　マッサージ教室』

マッサージを通して肌と肌の触れ合いは、心地よいひと時となります。
初めての方も、参加したことのある方もこの機会にぜひ、体験してみてください。

申込み 11/6（金）まで

11/25(水)　子育て講座『ストレッチ教室』

ご家庭でも、ちょっとしたすきま時間にできるようなストレッチなどを行います。体のメンテナンスやリフレッシュの時間として、ぜひご参加ください。

【詳細は裏面をご覧ください】

申込み 11/ 19(木)まで

※ご予約は、お電話または来館時にお申し込みください。

【 裏面に続きます 】

子育て講座『ストレッチ教室』

スポーツ協会　健康運動指導士の渡邊 道太郎さんを講師にお招きして、『ストレッチ教室』を行います。ご家庭でも毎日の生活の中で、ご自身の体を大切にする時間を作っていただきたいと思います。

託児あります

持ち物：おむつ・おしりふき・使用済みおむつ入れ袋
お子さんの飲み物（ミルク・お茶など）
お母さんの水分補給飲料・タオル

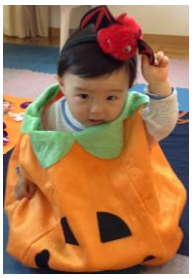
10 月のサロンのようす

10 月 9 日(金)『産後ケア教室』

「認定産後セルフケアインストラクター　平野 聡恵氏」を迎え、バランスボールを使った有酸素運動などを行いました。「楽しく運動できてよかった。」「心も身体もリフレッシュできた。」「夜はいつもより心地よく眠れた。」などのご感想をいただきました。毎日忙しい中でも、自分のために大切な時間を持って過ごしてほしいと思います。

10 月 16 日(金)『ハロウィン製作』の様子です。

指先で物をつまめるようになってきた子どもたちにも、テープをビリビリと剥がすお手伝いをしてもらいました♪小さな手形のお化けも作り、可愛いハロウィン飾りが出来上がりましたよ。



ハロウィン寝相アートに参加していただきありがとうございました！