



ぴよこ通信 5月号



桜川市子育て支援センターまか発行 2016年5月号
 桜川市真壁町山尾604番地1
 真壁福祉センター 0296-54-2361
 子育てルーム専用 0296-55-5131

風薫る5月。木々の緑も鮮やかに、新緑の季節がやってきましたね。柔らかな日差しが大地をあたため、草花や生き物も一斉に目をさましたようです。心地よいさわやかな風を感じながら、いつもの散歩道より少し長い距離を歩いてみるのも楽しいですね。春の訪れを親子で探してみてください。

この時期は気温が下がって寒くなったり、ぼかぼか陽気になったりで体調を崩していませんか？食生活に気をつけたり、早寝・早起きを心がけて元気に過ごし、支援センターにたくさん遊びに来てくださいね。

日	月	火	水	木	金	土
1	2 am すくすく みんなで飾っチャオ（あじさい） pm ぴよこ	3	4 みどりの日	5	6 am ミニ講座①（予約必要） 春の食育 たけのこのひみつ pm ぴよこ	7
8	9 am すくすく みんなで飾っチャオ（あじさい） pm ぴよこ	10	11 am すくすく みんなで飾っチャオ（あじさい） pm ママの講座（予約必要） ママカルチャールーム	12	13 am ミニ講座②（自由参加） たんぽぽさんの読み聞かせ pm ぴよこ	14
15	16 am すくすく みんなで飾っチャオ（あじさい） pm ぴよこ	17	18 am ミニ講座③（予約必要） 消防署へ行こう pm よちよち 0歳児のお部屋	19	20 am すくすく みんなで飾っチャオ（あじさい） pm ぴよこ	21
22	23 am すくすく みんなで飾っチャオ（あじさい） pm ぴよこ	24	25 am すくすく みんなで飾っチャオ（あじさい） pm ママの講座（予約必要） ママカルチャールーム	26	27 am すくすく みんなで飾っチャオ（あじさい） pm ぴよこ	28
29	30 am すくすく みんなで飾っチャオ（あじさい） pm ぴよこ	31				
＜午前＞9：30～12：00		＜午後＞1：00～3：30		子育て支援センター真壁 開所日 月・水・金 (9:30～12:00, 13:00～15:30)		
アイ	すくすくルーム (テーマあそびと自由あそび)	ぴよこルーム・ママの講座 (フリールーム・ママのための講座)		※祝祭日はお休みとなります		
コン	ミニ講座 (イベント・講話・親子製作)	よちよちルーム(0歳児専用) よちよち以外の日も0歳児の利用可能です。				
★子育て相談・・・子育てで心配なこと、悩み、どんな小さなことでも気軽にご相談下さい。 開所日以外でも大丈夫です。お電話ください。						
○支援センターに遊びに来るときは、水分補給の飲み物やタオル等を持参しましょう。						

5月のミニ講座①

「春の食育 たけのこのひみつ」

日時・・・5月6日(金) 10:00から
(予約必要)

☆たけのこの皮をむいたり、春キャベツの葉をむいて、旬の野菜のひみつを知りましょう。
おうちから・・・手ぶくろ、くつ、汚れてもよい服装

ママの講座

「ママカルチャールーム」

日時・・・5月11、25日(水) 13:00から
(予約必要)

☆ママのための色々なカルチャーを楽しめます。
詳しくはスタッフまで・・・

5月のミニ講座②

「たんぽぽさんの読み聞かせ」

日時・・・5月13日(金) 11:00から
(自由参加)

5月のミニ講座③

「消防本署へ行こう！」

日時・・・5月18日(水) 10:00から
(予約必要)

☆筑西消防本署を見学に行きます。
地震体験やレスキュー隊の訓練見学など
普段出来ないことを親子で体験しましょう。

ちょこっという話

虫歯とは、口の中の虫歯菌が食品の糖分を分解して作り出した「酸」によって歯が溶かされた状態。飲食後は口の中が酸性になりますが、唾液にはこれを中性に戻してくれる働きがあります。唾液がたくさん出るように、よくかむメニューを取り入れましょう。また食事やおやつをダラダラと食べ続けていると中性に戻る時間がなくなるため、食べる時間は決めて糖分の多いおやつやドリンクを控えること、正しい歯磨きで歯こうを落とすことも大切です。

支援センターでは、6月に歯科衛生士さんをお呼びします。お子さんの歯みがき問題のあれこれについて、教えていただきますので、ぜひご参加くださいね。

虫歯になりにくい食習慣