



ぴよっこ通信 2月号



桜川市子育て支援センターまかへ発行 2019年2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

2月は1年で寒さが一番厳しいと言われます。寒いどうしても背中を丸めてしまいがちですが、姿勢が悪くなることで、心臓や胃、腸などが活発に働かなくなります。また、成長過程の子どもたちは、背骨や背骨を支える筋肉が発達する大切な時期ですので、家族みんなで背筋をピンと伸ばすことを意識してみてくださいね。大人も気持ちがよくなりますよ！

季節の変わり目なので、家族みんなで健康に注意して過ごしましょう。



2月の予定

日	月	火	水	木	金	土
					1 am ミニ講座①(予約必要) 節分豆まき会 pm ぴよっこ	1
3	4 am すくすく 春の壁画づくり pm ぴよっこ	5	6 am すくすく 身体測定 pm ぴよっこ	7	8 am ミニ講座②(予約必要) 親子製作 おひなさまを作ろう pm ぴよっこ	9
10	11 建国記念の日	12	13 am すくすく 春の壁画づくり pm ママの講座(予約必要) ママカルチャールーム	14	15 am ミニ講座③(予約必要) 真壁のひなまつりに行こう pm ぴよっこ	16
17	18 am すくすく 春の壁画づくり pm よちよち(自由参加) 0歳児のお部屋 	19	20 am すくすく 春の壁画づくり pm ぴよっこ	21	22 am すくすく 春の壁画づくり pm ぴよっこ	23
24	25 am すくすく 春の壁画づくり pm ぴよっこ	26	27 am すくすく 春の壁画づくり pm ママの講座(予約必要) ママカルチャールーム	28		
＜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	すくすくルーム (テーマあそびと自由あそび)	ぴよっこルーム・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		
イ	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。						

2月のミニ講座①

「節分 豆まき会」

日時・・・2月1日(金) 10:00から
(予約必要)

☆豆まきをして邪気を払いましょう。



2月のミニ講座②

「おひなさまを作ろう」

日時・・・2月8日(金) 10:00から
(予約必要)

☆親子でかんたんに作れる
おひなさまを作りますよ。

持ち物・・・はさみ、のり、おてふき



2月のミニ講座③

「真壁のひなまつりに行こう」

日時・・・2月15日(金) 10:00から
(予約必要)

☆真壁のおひなさまにお出かけします。
あたたかい服装で参加しましょう。



詳しくは、スタッフまで

2月の身体測定

日時・・・2月6日(水) (自由参加)
母子手帳を持ってきてください。

ちょこっといい話

きちんとかむ習慣をつけよう

現代は軟らかい食べ物が多く、「かめない子」と「かまない子」が増えています。かめなくて口の中に食べ物をため込む子、逆にかまずに飲み込んでしまう子など、かむことが苦手な子が増えているのです。よくかんで食べると肥満を防ぐ、味覚の発達を促す、発音がはっきりする、歯の病気を防ぐ、胃腸の働きを促進するなど、よいことがいっぱい！

しかし、乳歯が生えそろう前の3歳児のかむ力は、大人の5分の1ですから、硬すぎる物は食べられません。かむ回数を増やす根菜類や海藻・いも類などを取り入れるとよいでしょう。

