



2025年 5月号「すくすく」だより



さわやかな新緑の季節を迎えました。新芽が芽吹き鮮やかな黄緑色がまぶしいです。一年中で最も過ごしやすい季節のはずですが、今年の気候は、天候、気温の変動が激しく、大人も子どもも身体へのダメージが大きく体調の整わない方が多いようです。皆さんは大丈夫ですか？ 家の中だけでは大変な子育ても支援センターで他のお母さんたちと一緒に楽しく過ごすことで気分転換になるかもしれません。すくすくでも楽しく過ごせる遊びや活動を準備してお待ちしています。

日	月	火	水	木	金	土
				5/1 好きな遊具で遊ぼう	2 よちよちひろば	3 憲法記念日
4	5 こどもの日	6 振替休日	7 にこにこひろば	8 季節の制作 まるめてつめる こいのぼり	9 子育てサロン たこ焼きパーティー ふれあいの家	10 休み
11	12 子育て相談日	13 季節の制作 ちぎり絵 こいのぼり	14 赤ちゃんひろば 場所：すくすく	15 しゃぼん玉遊び にこにこ相談 母子相談	16 よちよちひろば	17 休み
18	19 子育て相談日	20 ブロック遊び	21 ぺんぎんひろば 場所：みのり	22 おままごと遊び 1歳6か月児健診	23 よちよちひろば	24 休み
25	26 子育て相談日	27 ファミリーデーの プレゼント作り	28 にこにこひろば	29 広告紙遊び 乳児健診 10～11か月児健診	30 職員不在のため 休み	31 休み

★おやつをみんなで食べますので、お茶は各自でご準備ください。

★お外で遊ぶこともありますので帽子などそれぞれに準備をお願いします。



湧水町子育て支援センターすくすく（円乗寺こども園前）

〒899-6104 湧水町川西 920-12 TEL75-4533 fax75-2051

月、水、 10時～12時 （月曜日・子育て相談日）

火、木、金 10時～15時

*にこにこひろば・・・自由に遊びにきてください。

*よちよちひろば・・・0～1歳半くらいまで対象

*開放日・・・10時から12時まで



赤ちゃんひろば

ふれあい遊びを中心としたお母さんと赤ちゃんの為にひろばです。親子で楽しい時間を過ごしてみませんか。赤ちゃんひろばの対象は生後2か月から10カ月までのお子様です。上の子どもさんも託児ができますので参加、託児共に申し込みをしてください。わからないことがありましたらすくすくまでお尋ねください。たくさんの参加お待ちしております。



*場所・・・子育て支援センターすくすく

*日時・・・5月14日（水） 10：00受付 10：15～11：30まで

ぺんぎんひろば

10～11か月児健診から1歳6か月健診までの親子のためのひろばです。親子のふれあいをいっぱい楽しみましょう。人数把握のため参加希望の方は連絡の上ご参加をお願いいたします。わからないこと、不明な点等ございましたらスタッフまでお尋ねください。

*場所・・・発達支援センターみのり（湧水町木場1396、☎74-5177）

*日時・・・5月21日（水）

10：00～12：00（遊びを十分楽しむために始まるの時間にはお越しください）

お知らせ

今年度4月より、「赤ちゃんひろば」と「ぺんぎんひろば」へすくすくスタッフ2人とも参加することになりました。両ひろば開催の日は、「すくすく」はお休みとなりますのでご理解の程よろしくお願いいたします。



おうちで
チャレンジ



食卓には4つのお皿を

食事の基本構成は、主食・汁・主菜・副菜の4つのお皿があることです。ごはんを主にした主食、おみそ汁などの汁物、ここに肉や魚などのたんぱく質をとれる主菜、野菜を中心とした副菜があれば、バランスのよいものになります。副菜には旬の野菜を添えられるといいですね。献立によっては主食と主菜が同じお皿に入ることもありますし臨機応変でよいですが、基本の知識として知っておくといでしょう。

