



つまぎ子育て支援センター ☎5377(つまぎ保育園内)・みつば子育て支援センター ☎0337(みつば保育園内)

子育てアドバイス

日に日に秋が深まる季節となります。木々も葉を落とし始めいっそう秋の深みを感じます。この時期のぽかぽかと暖かい小春日和はうれしいものです。また、秋の自然に触れるチャンスでもあります。自然の中に宝物やおもちゃを見付け出す子どもの目線を大切にしながら、親子で秋の野山や公園に出掛けてみてはいかがでしょうか？きっと何か宝物が見つかりますよ。

薄着の習慣は秋からスタート

肌寒くなってくると、つい子どもに厚着をさせたいくなりますが、子どもは意外と寒さに強いもの。冬に向けて抵抗力をつけ、丈夫な皮膚を作っていくためにも、今から薄着を心掛けていきましょう。

薄着で過ごすコツ

- ①寒い時は薄手の上着で調節する。
- ②肌着を着て保温する。
- ③おなかと背中が出ないようにする。



年齢別サロン (午前10時30分～11時30分)

年齢、発育に合わせたリズム体操、絵本読み聞かせ、触れ合い遊びなど

遊びのひろば (午前9時～午後2時) 🌸0～3歳児 🐻0歳児

親子で自由に遊ぶ、参加者と育児についての情報交換など

出前サロン (午前10時30分～11時30分) 担当者が保育園や公民館へ出向きサロンを開きます

つまぎ子育て支援センター

月	火	水	木	金
3 文化の日 お休み	4 0歳児 サロンA	5 🌸	6 0歳児 サロンB	7 🌸
10 🌸	11 1歳児 サロンA	12 🐻 研修のため 11時閉園	13 1歳児 サロンB	14 🌸
17 🌸	18 2・3歳児 サロンA	19 🌸	20 2・3歳児 サロンB	21 食育講座
24 振替休日	25 🌸	26 🐻	27 🌸	28 駄知公民館 サロン

みつば子育て支援センター

月	火	水	木	金
3 文化の日 お休み	4 0歳児 サロン	5 🐻	6 🌸	7 🌸
10 🌸	11 1歳児 サロン	12 🌸 研修のため 11時閉園	13 🌸	14 ひだ保育園 サロン
17 🌸	18 2・3歳児 サロン	19 🐻	20 園行事のため お休み	21 食育講座
24 振替休日	25 🌸	26 出張のため お休み	27 🌸	28 🌸

講座案内

■食育講座

日 時 11月21日(金) 午前10時30分～
場 所 妻木公民館
内 容 栄養士による講習会、試食会
対 象 市内在住の1歳児(H24.4.2～H25.4.1生まれ)とその親
定 員 16組 ※託児はありません。
参 加 費 100円
持 ち 物 お茶などの飲み物
申込方法 各センターに来所の際、参加費を添えて申し込んで下さい(欠席された場合の返金はできません)。



お知らせ

■岐阜県女性再就職支援巡回相談会

遊びのひろばにおいて相談会を開催します。「いつか就職を」と考えているお母さん、ぜひ参加してみてください。

日 時 11月27日(木)午前10時～正午
場 所 みつば子育て支援センター
講 師 県総合人材チャレンジセンター職員
参 加 費 無料(申込不要)