



5月になると庭先や山には緑がいっぱい。色とりどりの花も競い合うように咲いて私たちの目を楽しませてくれます。草花の香りや小さな生き物の誕生など、沢山の発見が有ることと思います。お天気の良い日には散歩に出掛け、親子で楽しんでみてはいかがでしょうか。

月	火	水	木	金	土
	※5月のベビーマッサージとヨガはお休みです	1 予約受付9時 ★お話し会・親子で遊ぼう・誕生会 栄養相談	2	3 憲法記念日	4 みどりの日
6 振替休日	7	8 作ってみよう 9:00~11:30 12:00~15:30 栄養相談	9 (リング通し)	10	11 栄養相談
13 身長体重測定 9:00~15:00	14 栄養相談	15 ★親子で遊ぼう 10:30~ 	16	17 ★お話し会 (図) 10:30~ 	18 栄養相談
20	21	22 ★誕生会 10:30~ 栄養相談 	23	24	25 栄養相談
27	28	29 栄養相談	30	31	

こども館の利用・予約について

- *各行事予約は、こども館利用登録者一 가족が月に2つまで予約可能です。
未登録の方は事前に登録が必要です。
- *ベビーマッサージ・ベビーマッサージは予約多数の為、いずれか1つの予約のみ受け付けています。
- *身長体重測定をする方は事前に登録をお願いします。(当日登録はご遠慮下さい)
- *予約は各個人で申し込んでください。
- *キャンセルする方は、早めに連絡をお願いします。
- *行事開始10分位前にはお越し下さい。
- *行事のある日の利用は予約者優先となります。
入り口から左手(大空保育園側)が予約者優先の駐車スペースとなります。
- *ランチタイムを希望する方は、弁当を持参して11時45分までに受付に申し込んでください。

子育て支援センター『そでがうらこども館』

利用時間：月～土9時～12時、13時～16時15分
ランチタイム12時～13時

- *TEL：0438-62-2333 FAX：0438-64-3115
- *日曜日・祝日は休館
- *対象：未就学児とその保護者(祖父母の方も利用可)
※市外の方もご利用いただけます。

6月の行事予定

★マークは予約が必要です

- ・5日～7日：作ってみよう
- ・11日：身長体重測定
- ★18日：ベビーマッサージ
- ★19日：親子で遊ぼう
- ★21日：お話し会 (図書館)
- ★26日：誕生会
- ★28日：ベビーマッサージ



そでがうらこども館通信は、インターネットでもご覧いただくことができます。
右記のQRコードからご覧ください。



大空保育園の園庭利用について

令和6年度の利用可能日・時間

毎週 火・木・金

10時～11時45分、14時～16時

- ・大空保育園の園庭で園児さんと一緒に遊ぶことができます。
- ・園庭利用希望の方は、利用方法をご説明しますのでこども館職員に必ず声を掛けてください。

※保育園の都合等により利用出来ない日もあります。

身長・体重測定について

毎月1回 9時～12時、13時～15時開催

- ・お子さんの身長・体重を測定できます。初回測定時に「身長体重測定表」をお渡ししますので、次回から忘れずにお持ちください。
 - ・看護師がいる時間は、お子さんの健康や成長について相談出来ます。
- ※ご利用の際は、こども館利用の事前登録をお願いいたします。



朝ごはんは、脳と体に大切な栄養源です。

★朝ごはんの役割

主食のごはんやパン、麺類などの炭水化物は、朝から活動するためのエネルギー源です。

★脳のエネルギーを補う

炭水化物は消化され体内でブドウ糖に分解し、脳のエネルギー源となります。

また、脳の働きが活発になり、集中力が高まりやすくなります。

★体温を上昇させる

私たちの体温は、寝ている間は下がっています。下がった体温を上げる為に朝食をとることが大切です。

特に主菜の魚や肉、卵、大豆などはたんぱく質を多く含み、体温を上昇させてくれる働きがあります。主食、主菜、副菜の揃った、バランスの良い食事を取るようにしましょう。

★便通をよくする

食べ物が胃に入ることによって腸が刺激され、排便しやすくなります。

朝ごはんを食べて元気に過ごしましょう！



お・し・ら・せ



そでがうらこども館の「楽メール」を登録・解除する方は左記のQRコードを読み取りアクセスしてください。

そでがうらこども館の楽メール配信を停止したい場合は、以下のURLよりお手続きいただけます。<http://wsv3.rakume.jp/r3/u?i=1087311>