



# さかえ・こどもセンター 2023/11月予定表

市川市北国分4-10-3 TEL 047(373)0191



	月	火	水	木	金	土
日			1	2	3	4
午前			オープン・スペース 9:30~11:30 園庭開放 1才	オープン・スペース 園庭開放 1才~	文化の日 お休み	園庭開放 10時30分~12時
午後			オープン・スペース 0才と妊婦さん	オープン・スペース 0才と妊婦さん		
日	6	7	8	9	10	11
午前	アンティ・マミー (9:40~) 園庭開放	みんなであそぼう 堀之内公園 10:30~ 雨天日はセンターで	オープン・スペース 9:30~11:30 園庭開放 1才~	オープン・スペース 園庭開放 1才~	オープン・スペース 園庭開放 1才~	園行事の ため お休み
午後	オープン・スペース 0才と妊婦さん	オープン・スペース 0才と妊婦さん	オープン・スペース 0才と妊婦さん	離乳食学びの会 栄養士・先輩ママ	リラックスヨガ 0才と妊婦さん	
日	13	14	15	16	17	18
午前	オープン・スペース 園庭開放 1才~	オープン・スペース 園庭開放 1才~	オープン・スペース 9:30~11:30 園庭開放 1才~	オープン・スペース 園庭開放 1才~	<b>防災講座</b> 園庭開放 1才~	園庭開放 10時30分~12時
午後	オープン・スペース 0才と妊婦さん	オープン・スペース 0才と妊婦さん 発育測定・ミニ講座	オープン・スペース 0才と妊婦さん	オープン・スペース 0才と妊婦さん	オープン・スペース 0才と妊婦さん	
日	20	21	22	23	24	25
午前	アンティ・マミー (9:40~) 園庭開放	オープン・スペース 園庭開放 1才~	オープン・スペース 9:30~11:30 園庭開放 1才~	勤労感謝の日 お休み	オープン・スペース 園庭開放 1才~ 心理士相談	園庭開放 10時30分~12時
午後	オープン・スペース 0才と妊婦さん アロマハンド トリートメント	オープン・スペース 0才と妊婦さん	オープン・スペース 0才と妊婦さん		オープン・スペース 0才と妊婦さん 心理士相談	
日	27	28	29	30		
午前	オープン・スペース 園庭開放 1才~	オープン・スペース 園庭開放 1才~ 大野アンティ	オープン・スペース 9:30~11:30 園庭開放 1才~	ホッとスペース		
午後	オープン・スペース 0才と妊婦さん	HAPPY マタニティ 妊婦さんと 生後3か月まで親子	オープン・スペース 0才と妊婦さん	オープン・スペース 0才と妊婦さん		

## 【お知らせ】

- <みんなで遊ぼう 堀之内公園> 公園にて体操をしたり、製作を楽しみます。雨天時はセンターで行います。
- ホッとスペース：お子さんの発達や成長が気になる方、ママ同士情報交換しながら過ごせます。
- アンティ・マミー：6日（月）、20日（月）。9時40分から11時40分です。予約は1週間前からできます。
- 育児相談：24日（金）：橋本洋子先生（臨床心理士 公認心理師）1人1時間。
- 妊婦さんweb講座【風のふるさとプログラム②】18日（土）16時~ 詳しくはお問い合わせください。
- アロマハンドトリートメントが始まりました。毎月第3月曜日・午後を予定しています。（園の予定で変更の時もあります）詳細はスタッフにお尋ねください。



暑さが厳しい日が長かった月が過ぎ、急に肌寒さを感じるようになり、いつもと少し異なる季節の移り変わりを実感している方も多いのではないのでしょうか。

朝晩の温度差もあり、洋服の調整も難しいですね。子どもは沢山動くので日中は大人より薄着で十分です。寒い時間は1枚羽織り、脱いだり着たりできると便利です。

小さいうちに着るものをこまめに調整し、「暑いから1枚脱ごうね」「風が冷たくなったから上着着るよ」など伝えていくと、自分でも少しずつできるようになります。洋服の裏表・前後ろなども気に掛けることが大切です。やり方・過ごし方を伝え、できることを1つずつ子ども自身に渡していけるといいですね。できたらたくさん褒めてあげて、『自分でできた!』という思いを育てていってくださいね。

♪ どんぐりころころ

どんぐり ころころ どんぶりこ  
おいけにはまって さあたいへん  
どじょうがでてきて こんにちは  
ぼっちゃん いっしょに あそびましょう



「どんぶりこ」は音を立てて水に落ちるという意味です。手遊び付きで一緒に楽しみましょう。



防災講座 ～乳幼児のおうちの備えについて～

9月に赤ちゃんがいるご家庭向けに行った防災講座ですが、今回は未就学の子がいる家庭向けに講座が行われます。

小さい子がいるときに災害が起きたらどうしたらよいか、必要な避難グッズやあると便利なものなど、質問を受けながら具体的にお話ししていただきます。

講師をしてくださるのは3人のお子さんを育てている方で、以前センターを利用していただいていたママです。この機会におうちの防災について、見直したり考える機会にしてはいかがでしょうか。



11月17日(金) 10:30～  
講座は20～30分くらいを予定しています。

★ 参加希望の方は、お知らせください。



<お問合せ・ご相談・家族の近況・愚痴…何でもお気軽にどうぞ!>

☎ 047(373)0191

✉ center.kazenotani@gmail.com