



さかえ・こどもセンター 2025/7月予定表



住所：市川市北国分4-10-3 TEL047(373)0191

- 1才以上の親子は「午前10時～12時」、妊婦さんと0才は「午後1時～3時」にどうぞ。
兄弟のいる0才さん、妊婦さんは午前の時間にいらしてくださいね。※水曜日の開所時間は「午前9:30～11:30」です。
- お弁当タイムは、12時～13時。食後のティータイムもおすすめです。
※お弁当タイムは、毎週水曜日とアンティ・マミーの日はお休みです。

☆ 赤字で書いてあるプログラムは予約が必要なものです。遊びに来た時や電話にて予約をお願いします。

	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
午前		みんなであそぼう 7・8月はセンターで 行います 10:30～	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～	園庭開放 10:30 ～ 12:00
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	オープン・スペース 0才と妊婦さん リラックスヨガ	
	7	8	9	10	11	12
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～	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～	園庭開放 10:30 ～ 12:00
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	オープン・スペース 0才と妊婦さん 離乳食講座	オープン・スペース 0才と妊婦さん ミニ講座・発育測定	
	14	15	16	17	18	19
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～	オープン・スペース 園庭開放 1才～	園庭開放 10:30 ～ 12:00
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	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	
	21	22	23	24	25	26
午前	海の日のため お休み	オープン・スペース 園庭開放 1才～ 大野アンティ (大野公民館)	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	オープン・スペース 園庭開放 1才～ 心理相談	園庭開放 10:30 ～ 12:00
午後		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 発育測定	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 心理相談	
	28	29	30	31		
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～	オープン・スペース 園庭開放 1才～		
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	オープン・スペース 0才と妊婦さん		



今年の夏の予定をたて始めた方も多いのではないのでしょうか。

幼稚園やこども園へ通っているお子さんは夏休みが始まります。慣れない場所で過ごしたり初めての体験をしたりする親子もいるかもしれませんね。生活リズムを守りながら、夏を元気に気持ちよく過ごしていきましょう！

その 1：子どもは汗っかき。汗をかくことで体温を調節したり老廃物を外へ出したりしています。脇や首回りの汗を吸ってくれる袖のある服を選びましょう。こまめに着替えたり遊びを兼ねてシャワーをして汗を流すのも気持ちがいいですね。

その 2：水分をとることで体温は下がり代謝が上がります。薄めの麦茶や白湯を用意しておきたいですね。体に必要な、ミネラルやビタミンたっぷりの野菜入りの味噌汁やスープで栄養補給も忘れずに。

プログラムについて



プール・水遊びが始まります

6月下旬から水遊びが始まります。7月からはプールも始まる予定です。

初めて体験される方も多いのではないのでしょうか。

下記のポイントを目安にしてお子さんと保護者の方が体調の良い日にいらしてください。お待ちしております。(プールに入れる日は不定期、午前のオープンスペースの時間です。)

観察のポイント(例)

- ・平熱で元気・顔色唇の色が良い・爪が切っている
- ・カットバンや拡張テープなど貼っていない

ふれあいあそび 『いちりにりさんり』

いちり

①足首を上から軽く触る

にり

②両ひざを軽く触る

さんり

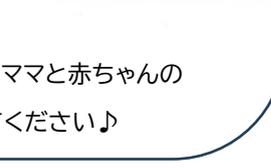
③足の付け根を軽く触る

しりしりしりしり

④わきの下をくすぐる

音程やリズムは気にせずにママと赤ちゃんの

間合いで楽しんでみてください♪



* みんなであそぼう：1日(火)10:30～

7・8月は猛暑が想定されるので屋内で制作や体操あそびを行います。

詳細はセンターまでお問い合わせください。

* リラックスヨガ(要予約)：4日(金)13:00～

お子さんと一緒に参加できるヨガです。リフレッシュタイムにいかがですか？

* 心理相談(要予約)：25日(金)

橋本洋子先生(臨床心理士 公認心理師)がいらしてセンターで過ごします。

お子さんのこと、ご自身のこと、ご家族のこと…なんでも結構です。1人1時間じっくり話しませんか？

* ホットスペース(要予約)：24日(木)

お子さんの成長や発達が気になる方、ママ同士で情報交換しながら、ゆったり過ごせます。

1歳を迎えたばかりで初めて午前遊びに来てみようという方、少ない人数で過ごしたいという方もどうぞご利用ください。

* アンティ・マミー(要予約)：7日(月)28日(月)9:40～11:40

子育てサポーターの方(マミーさん)が子どもを預かります。お母さんには少しの息抜きタイムを！

子どもたちはみんなで遊ぶ…そんな時間です。

<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