



さかえ・こどもセンター 2025/9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	6
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～ 雨天時はセンターで 行います	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 発育測定 看護師ミニ講座	ファミサポ説明会 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	
	8	9	10	11	12	13
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～	歯科衛生講座 10:00～12:00 園庭開放 1才～	オープン・スペース 園庭開放 1才～	風の谷 まつり 16:00～ 18:00
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	
	15	16	17	18	19	20
午前	敬老の日	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～	ホッとスペース	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 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 アロマハンドトリート メント	防災講座 13:30～ オープン・スペース 0才と妊婦さん	
	22	23	24	25	26	27
午前	アンティ・マミー (9:40～) 園庭開放	秋分の日	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～ 心理相談	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 心理相談	
	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 (大野公民館)				
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				



厳しい暑さの中にも、少しずつ季節の変わり目を感じることが増えてきます。ようやく、涼しい時間をみつけて外出できるようになりますね。昼間、外気の中でたくさん遊ぶと夜の寝つきが良くなると言われています。ちなみに子どもの体力は、「年齢×1 km歩けるほど」です。2歳の子は2km、3歳の子は3km といった具合です。歩こうと思うと大人でもへとへとですね。

公園や園庭あそびでも十分ですし、いつも車や自転車で出かける所を歩いてみる、なんていうことも楽しいかもしれません。抱っこ大好きな子は、リュックを背負う、拾ったものを入れる入れ物をもって出かけるだけでも、歩きたくなることもあります。

たくさん体を動かして、夜の時間をゆったり過ごす。メリハリを持った生活で心地よい眠りにつなげていきたいですね。



プログラムについて



歯科衛生講座

9月11日(木) 10:00~12:00 要予約

市川市から派遣された歯科衛生士さんと講座を開催します。

毎日の口腔ケアのコツを聞いたり、ちょっとした疑問に答えてもらったりしませんか？

お子さんと一緒にぜひいらしてください。

ファミリーサポートの会員登録ができます

ファミリーサポートでは子育ての手助けを必要とする方に、地域の協力会員がお子さんの送迎や見守りなどの援助をしてくれます。

利用するには入会説明会での会員登録が必要です。普段は大洲で行っている説明会ですが、この日はさかえ・こどもセンターで登録ができます。

◆説明会日程◆

9月3日(水)13:30~ 要予約

※開催場所・予約受付:さかえ・こどもセンター

* みんなであそぼう:2日(火)10:30~

北国分駅近くの堀之内公園で体操などをして遊びます。雨天時はセンターで行います。

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):5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):26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？

* ホッとスペース(要予約):18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):1日(月)22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