さかえ・こどもセンター　２０２６/10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。 ※木曜日の開所時間は「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、毎週木曜日とアンティ・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
午前				歯科衛生講座 10:00～11:00 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
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	
	5	6	7	8	9	10
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 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～	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 ミニ講座・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 離乳食講座	保健師講座 「冬の過ごし方」	
	12	13	14	15	16	17
午前	スポーツの日の為 お休み	オープン・スペース 園庭開放　１才～	みんなであそぼう 10:30～小塚山公園 （ピクニック）	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～	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 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 発育測定	
	19	20	21	22	23	24
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 園庭開放　１才～	ホッとスペース 9:30~11:30	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 リラックスヨガ	オープン・スペース ０才と妊婦さん 心理相談	
	26	27	28	29	30	31
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～ 大野アンティマミー （大野公民館）	風の丘：人形劇ワーク ショップ さかえ：ホッとスペース	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～	もりで あそぼう
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 HAPPY マタニティ	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	

育児メール Vol. 356

１０月に入り、秋の風を感じる日も増えてきました。秋といえば、『食欲の秋』ですね。
センターのママたちからも、ご飯についての悩みがよく聞かれます。その中でも今回は手づかみ食べについてお伝えしていきます。手づかみ食べと聞くと「床などが汚れるのでは…」と真っ先に思うかもしれません。ですが、子どもが自ら食べ物に触ったり、握ったりすることで食べ物への関心や自分で食べようという意欲が高まります。
汚れが気になる場合は、せんべいや野菜スティック、パンなどもおすすめです。
食べ物になかなか興味が湧かない子には、パパやママが美味しそうに食べている姿を見せるのも良いですね。
センターではランチタイムや給食試食会も行っています。お気軽にお越しください。

プログラムのお知らせ

保健師講座「冬を元気に」

１０月９日（金）１３:３０～　要予約

この地域を担当している保健師さんが、講座を開催します。テーマに関係なく、日ごろ気になっていることを相談しませんか？お気軽にいらしてください。

人形劇ワークショップ

１０月２８日（水）

風の丘こどもセンターにて行います。

詳細はセンターにお問い合わせください。

みんなであそぼう

１０月１４日（水）１０：３０～

みんなであそぼう終了後に小塚山公園でピクニックをする予定です。お弁当を持ち寄り、自然の中で美味しいご飯を食べましょう♪

詳細はセンターにお問い合わせください。

もりであそぼう

１０月３１日（土）　予約不要

センターに併設されている「風の谷こども園」の運動あそびの行事です。 地域の方（０才～未就学児）も参加できます♪

詳細はセンターにお問い合わせください。

＊ みんなであそぼう:14 日(水)10:30～
　小塚山公園で制作や体操あそびを行います。終了後にピクニックをする予定です。

＊ リラックスヨガ(要予約):22日(木)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):23 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):22 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に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):5 日(月)19 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