

令和6年度 2月号

ひだまり

発行 子育て支援センターひだまり
住所 霧島市溝辺町麓2560
照明保育園内
電話 0995 58-3005

ひよびよ(月齢割) (1歳～1歳6ヶ月児さん)	ひろば (2歳以上児)	開 放 (どなたでも)	ひよこ (0歳児/マタニ ティママ)	ひよびよ(月齢割) (1歳6ヶ月児～ 1歳11ヶ月児)
月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
Free	Free	開放日	Free	サークル mummy
開放	開放	開放	開放	
10	11	12	13	14
Free	祝日休館	開放日	助産師講座 助産院arkaya 西川純子院長	Free
開放		開放	開放	開放
17	18	19	20	21
Free	Free	開放日	Free	Free
開放	開放	開放	開放	開放
24	25	26	27	28
振替休館	お薬の講座 与薬軟膏を聴こう 宮原潮美薬剤師	家族で過ごそう (父親支援)利 用は予約のみ	暮らしのおへそ 乳幼児と家族の 腸活講座 中西 管理栄養士	Free
				開放

外気に触れると とてもいいことがあるそうです 生後1ヶ月から体温調整が始まり室内で窓から浴びることからスタートできるそうですよ散歩や外出で少しずつ慣らしていきましょう 冷たい風に触れることで自律神経が活発になり粘膜も鍛えられて病気への抵抗力がなくなり ウイルスを簡単に侵入させてしまうことになる結果 風邪をひく感染する・・・と。そうなる前に冬の寒さを上手に使い丈夫な子どもになってもらいたいですよね?園庭は広いよ～

水曜日開放

年齢関係なく
親子で利用できます
毎日(育児相談あり)
10時～15時。
子育てには悩みがつきもの。話すことで気持ちに余裕がでて皆、子育て中は同じ思い!私の自己解決1歩になればいいな。電話対応も可能です。

ひろば

火曜日2歳児以上
10時～15時まで

2歳児以上児さんが増えてきました。
2歳以上兄弟の姉妹組(2歳以下)もこの日を利用をお願いします

マタニティと
ひよこちゃん
木曜日妊娠ママ
0歳児のみ
10時～15時まで

ひよびよ(月齢割)

月曜日1歳～1歳6ヶ月児のみ
金曜日は1歳6か月から
1歳11か月児まで
10時～15時まで

毎月最後の水曜日に”家族の日(父親支援)”をしています(予約制)お父さん家事育児を語ろう!

暮らしのおへそ 27日(木) 乳幼児の腸活講座 管理栄養士 中西 美咲先生

幼児のお通じが悩みと会話でよく出てきます 水分不足もありますが献立次第では 子どももちろん家族が健康になれるメニューのお話です 参加の皆さんと腸活を学んで寒い冬の体調改善をしましょう 個別相談有

25日(火) 薬のことを知ろう 薬剤師 宮原潮美先生

3人の子育て中ママです 家庭でされている子どもさんの乾燥肌の保湿の事から鼻水・咳の時の対応でアイデアなどもあると思いますです そして与薬を飲ませやすい方法や冬に怒る子どものことを おしゃべりしながら学んでみましょう♡予約は記入か電話を受けます個別相談有

助産師講座 2月17日(金) 10:30～

助産院 arkaya 院長 西川純子助産師です
皆さんお馴染みの事と思います
内容は純子先生と骨盤ケア体操・そのほか産後の女性の身体を整えて下さり身体が楽になり みんなでおしゃべりし合えたら楽しい時間と思いますね(^_-)☆

2がつ2か(日)

場所:国分シビックセンターで福祉健康まつりがあります 様々なブースがあり 公民館2階では霧島市支援センターの催しコーナーです おいでください