



5月の行事予定

◎利用時間 ♥9:00~12:00 ★13:00~15:00

1	水	お休み 即位の日	17	金	♥
2	木	お休み 国民の休日	18	土	♥土曜開放
3	金	お休み 憲法記念の日	19	日	お休み
4	土	お休み みどりの日	20	月	♥ ★
5	日	お休み こどもの日	21	火	♥ ★
6	月	お休み	22	水	♥ ★
7	火	♥	23	木	♥ ★
8	水	♥梅戸公民館 出前ひろば ★	24	金	♥
9	木	♥保健師の話「トイレトレーニング」 ★ブックスタート(※対象児)	25	土	お休み
10	金	♥	26	日	お休み
11	土	お休み	27	月	♥ ★
12	日	お休み	28	火	♥
13	月	♥ ★	29	水	♥ ★
14	火	♥	30	木	♥ ★
15	水	♥くまのこさん読み聞かせ 中央ヶ丘遊びの会 ★あかちゃんデー	31	金	♥
16	木	♥平塚会館 出前ひろば ★ブック・Reスタート(※対象児)			

**5月 市内他支援センター 土日開放日**  
 ・11日(土) なかよしひろば(員弁)  
 ・12日(日) はっぴい・はあと(石橋)  
 ・19日(日) つくしんぼ(藤原)  
 ・26日(日) すこやかランド(北勢)

※申込みされた方  
 アルバムカフェ(13:00~15:00) **ちくちく**

29日(水)は、保育園参観があるため、駐車場の混雑が予想されます。ご迷惑をおかけしますが、ご協力よろしくお願い致します。

※要申込み ※支援センターは開所しておりますので、ご利用ください。お待ちしております。

**アルバムカフェ** ※限定6組  
**5/21(火) 13:00~15:00**  
 ◎参加料:500円(フレーム付+100円)  
 ◎持ち物:はさみ・のり・使用する写真・おんぶ紐  
※来所してお申込みください。  
申込み期間:4/22(月)~6組になり次第終了  
※託児はありません。

**青川峡キャンプパーク公園へ 遊びに行こう**  
**5/31(金) 10:00~12:00(雨天中止)**  
 ◎場所:青川峡キャンプパーク公園  
 (現地集合・現地解散)  
 ◎持ち物:お茶・お弁当・敷物・帽子・ビニール袋  
 着替え・ベビーカー・おんぶ紐等(必要な方)  
※来所してお申込みください。(市内在住の方)  
申込み期間:4/22(月)~5/24(金)

**わらべうたで遊ぼう!**  
**5/23(木) 11:00~11:30**  
 一緒に歌って、親子でふれあいの時間を楽しんでみませんか。ぜひ、ご参加をお待ちしています。

**ぐるりん工房** ※限定10組  
**~牛乳パックのアイス作り~**  
**6/12(水) 13:00~15:00**  
 地域の応援団さんと一緒にアイス作りをしませんか。  
 ◎持ち物:牛乳パック24個・布・おんぶ紐  
※来所してお申込みください。(市内在住の方)  
申込み期間:5/7(火)~10組になり次第終了

**栄養士の話「子どもの成長と食事①」**  
**6/3(月) 11:00~**  
 お子さんの離乳食や食事について  
 栄養士さんのお話を聞いてみませんか。  
※来所してお申込みください。(市内在住の方)  
申込み期間:5/7(火)~5/31(金)

## バレトン教室 3/19 (火)

バレトンとは、バレエとトン(トーン=整える)を組み合わせた言葉で、バレエの動きを取り入れながら、筋肉や全身を整えていくものです。



初めての開催でしたが、お子さんを抱っこしながらもできるエクササイズとあって、受付から興味津々で9組21名の親子が参加してくれました。普段使わない筋肉を使い、疲れを見せていましたが、「スッキリしたね。」と好評でした。

### 参加された感想

- なかなか時間がとれない毎日だけど、バレトンを通して心も身体もリフレッシュできました。
- 皆さん子連れという同じ環境の中参加できたことで、とてもリラックスして過ごすことができました。先生の指導も分かりやすく楽しかったです。



## ぴれ mama セミナー 4/16 (火)

出産を控えたお母さん同士の交流・地域の方との交流の場として、年に2回各支援センターで開催しています。今回は6組の参加があり、スタイ作りをしながら和やかな時間を過ごしました。経産婦さんの参加が多く、出産時の話で盛り上がる様子もみられました。



応援団のちくちくさんに、スタイ作りを手伝っていただきました。お忙しい中、本当にありがとうございました。

次回は、10/15(火)に開催予定です。妊婦中のママさん、是非ご参加ください。



またお会いできる日を楽しみにしています♪



## 子育てを楽しもう！～準備が出来たら始めよう！トイレトレーニング～

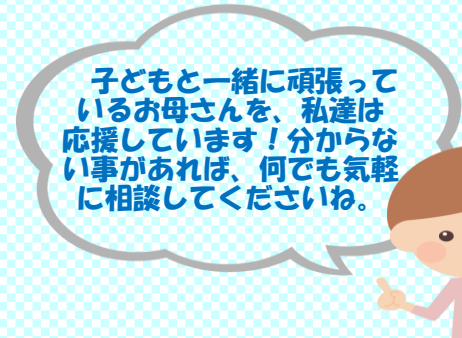
新緑が眩しく、戸外で過ごすのが心地良い季節になりました。薄着になり、洗濯物もよく乾くようになるこれからの季節は、トイレトレーニングを進めるにも最適です。

### ☆始める前に確認してみよう！

- 1人で歩いてトイレに行く事ができる
- 「おしっこ」「うんち」という言葉が理解できる
- おしっこの間隔が2時間程度あく
- 生活リズムが整ってくる

### ☆準備が出来たら、さあ始めよう！

- 生活の節目節目に声をかける(起床時、食事の前後、入浴前、外出前、就寝前など)
- 脱ぎやすいズボン・パンツを用意する
- 《トイレにいてみよう》カード&シールの活用



子どもと一緒に頑張っているお母さんを、私達は応援しています！分からない事があれば、何でも気軽に相談してくださいね。

おしっこが出なくてもOK。まずは“トイレに行く”、“トイレに慣れる”という習慣を身につける事が大切です。トイレトレーニングを始める時期も、完了する時期も個人差があり、一進一退の繰り返し。焦らずゆっくりと見守り、失敗しても怒らず、出来た時には思いっきり褒めてあげましょう。

## (株)神戸製鋼所大安製造所様 ありがとうございました！！



おでかけGOの玩具が新しくなったよ♡



(株)神戸製鋼所大安製造所様から、今年もご寄付をいただき、支援センターやおでかけGOで使うおもちゃを購入させていただきました。購入品は、次世代を担う子どもたちの支援活動に有効活用させていただきます。

(株)神戸製鋼所大安製造所様、本当にありがとうございました。

## イベント紹介 子育て中のママが活躍中です♪



アルバムカフェ  
5/21(火)に開催予定です。

お母さん自身が楽しく過ごせる時間として、趣味や特技など『他のお母さんとやってみたい！』から始まったお母さん主催のイベントです。興味がある方、職員までお気軽にお知らせください。

## 職員紹介

今年度の遊・友・YOU・チャイルドも、出口洋子、奥田絵里、馬田ちはるが担当させていただきます。1年間よろしくお願ひします。