

子育て支援センター



平成31年 2月20日発行

しらおか虹保育園内

白岡市上野田1252-1

TEL 31-7750

FAX 31-7751



31年度前期親子教室参加者募集!!

※4月～9月までの半期（8回）の参加者
応募受付中です。

締切：3月11日（月）消印有効

申込方法、各拠点募集定員などについての
詳細は、ポスターやチラシをご確認下さい。

支援センター虹では、コースにより、園庭遊び
やスタンプ遊び、七夕制作、水遊びなどを企画
しています。
今まで支援センター虹をご利用いただいている
方はもちろん、初めての方もぜひご参加をお待
ちしています。

ルンルン：0歳児親子

ランラン：1歳児親子

サンサン：2歳児親子



※各コース10時、11時コース10組ずつの定員です



◎ ぷち・ルンルン ◎

日時 3月19日（火）

午前10時30分～11時

対象 市内在住の6～12か月の乳児と
保護者



※寝相アートでお子さんの
のかわいい姿を記念に
残しませんか？

朝夕はまだまだ冷え込みが続きますが、日増しに春の訪れが
感じられるようになりました。支援センター虹も4年目の活動を終
えようとしています。春は出会いと別れの季節。初めてここで出
会ったときはまだまだあどけなさが残っていた子どもたちも、この
1年で本当に大きくなりました。新年度を迎え新しい環境や友達
の中でも、伸び伸びと育ってほしいと願っています。そして
ここ支援センター虹でも、素敵な出会いがあることを楽しみに待っ
ています♪ また、この時期は気温の低下による空気の乾燥に
より、肌トラブルが続きます。原因を理解して正しい対処法をして
いきたいですね！



【しもやけ】

寒さなどで血管が収縮し、血流が悪くなるために起こります。毎
年繰り返し発症しやすく、体質も関係すると考えられています。な
りやすい子は室内でも靴下を履いたり、床にマットを敷いたりしま
しょう。皮膚が濡れているとなりやすいので、水分はすぐにふき取
りましょう。病院を受診すると血行を良くする軟膏が処方される場
合もあります。



【アトピー性皮膚炎】

冬は乾燥した空気がアトピー性皮膚炎の特徴である「乾燥肌」を
悪化させます。適切なケアをしていないと皮膚が乾燥して肌荒れ
がひどくなるとともに、かゆみが増してきます。外遊び、お昼寝前
にワセリンなどの保湿剤を塗ったり、こまめに水分を取ったり、霧
吹きや加湿器を使って部屋の乾燥を防ぐ工夫をしましょう。



【寝る子は育つ】

「春眠暁を覚えず」ということわざがあります。春は暖かく、また夜
も短いためつい寝過ぎてしまう、という意味です。眠りは子どもた
ちの成長にとっては重要な活動です。子どもたちが眠っている21
時～23時の間は、成長ホルモンが最も多く分泌される時間帯。夜
更かしをすると、成長に影響が出ます。規則正しい健康的な
生活をするためにも、21時には布団に入るようにしましょう。

育児講座 ☆キラキラ☆ ♪身体を動かそう（ママダンス）

講師 DSイノハラ すがわらはるえ
菅原春絵 氏

日時 3月7日（木）

午前10時30分～11時30分

対象 市内在住の乳幼児の保護者8名
（別室託児あり）

持ち物 タオル、飲み物（親子別々に）、
室内シューズ（お持ちの方）
お子さんのタオルやおもちゃ

日頃の運動不足やストレス解消に汗を流して、リフ
レッシュしませんか？今まで参加した方々からは、
「身体がスッキリした感じになった！」「楽しかっ
た！」などの感想をいただいています。
一時だけでも自分の時間を楽しみませんか？

ウキウキ親子で試食会

日時 3月5日（火）

午前11時30分～午後0時30分

対象 市内在住の乳幼児と保護者

定員 6組 離乳食のかた以外

費用 1組 500円

