

# 子育て支援センター



初夏のまぶしい日差しが時折顔をだすようになり、もうすぐ梅雨の季節がやってきます。6月は湿度・温度ともに高くなり、天気が変わりやすくなります。子どもたちはこの時期、体調を崩しやすくなりがちですので過ごしやすい環境作りに配慮し、コンディションを整え、本格的な夏を迎える準備をしていきましょう。



## 6月4日は虫歯予防デー

6月は子どもたちが大好きな果物のおいしい時期です。でも、果物にはたくさんの糖分が含まれていますので、お菓子やジュースと同じように注意が必要です！虫歯予防には乳歯の時から、歯みがきの習慣を身につける事が大切です。仕上げみがきの際にはスキンシップを心がけ、楽しい雰囲気の中で行いましょう。また、歯みがきがまだ難しい場合は、おやつや食後にお茶を飲ませ、ガーゼなどで拭いてあげましょう。



## 「親子ふれあいひろば」

～アンパンマンを作ってみましょう～



見本

日時： 6月15日(木)  
午前10時30分～11時30分  
場所： 西小・西第三児童クラブ  
内容： ふれあい遊び・制作など  
対象： 市内在住の乳幼児(未就園)と保護者8組



## 育児講座 ☆キラキラ☆

♪親子でリトミック♪  
日時： 6月29日(木)  
午前10時30分～11時30分

講師： 埼玉福祉保育医療専門学校 あさこ はじめ 浅子 元 氏  
対象： 市内在住の1歳3か月以上の幼児と保護者 15組

支援センター虹でとても人気のある浅子先生による親子リトミック講座です。専門学校で音楽を指導する先生から直接ご指導していただける大変貴重な講座です。お子さんも、ママも心も体もリフレッシュすること間違いなし♪お待ちしております。

## ♪ウキウキ♪【親子でランチ】

日時： 6月16日(金)  
午前11時15分～11時45分  
対象： 市内在住の乳幼児(未就園)と保護者  
定員： 4組 **離乳食のかた以外**  
参加費： 1組500円  
\*食べ終わったかたから順次解散となります。



令和5年5月20日発行

しらおか虹保育園内  
子育て支援センター「虹」  
岡市上野田1252-1  
TEL 0480-31-7750  
FAX 0480-31-7751



開館時間 午前10時～午後4時  
(休館日 土・日・祝日)

第4・6回  
親子教室

♥ルンルン♥  
6月7日  
6月21日 ☆ランラン☆  
6月8日  
☀サンサン☀  
6月9日  
6月22日  
6月23日



## 「ぷち・ルンルン」

～子育て仲間を作りましょう！～

日時： 6月13日(火)  
午前10時30分～11時45分



内容： 親子の交流、寝相アート、記念カード作り  
身体測定など  
対象： 市内在住の6～12か月の乳児(未就園)と保護者

※駐車場に限りがありますので、ご了承ください。

## 誕生会

日時： 6月8日(木)  
午前10時30分～11時10分  
内容： 写真ブース、カード作成、身体測定、出し物など  
対象： 市内在住の6月生まれの乳幼児(未就園)と保護者 8組(先着順)



NEW

## UVケアについて



日時： 6月5日(月)  
午前10時30分～11時10分  
講師： ロイヤルセラピスト協会認定講師  
しみず みほ 清水 実穂 氏  
対象： 市内在住の乳幼児と保護者6組

これからの時期ママたちはもちろん、お子さんのUVケアも必須ですよね??でも、小さい子のUVケアって何をしたらいいんだろう...どんな日焼け止めを使ったらいいんだろう...ママたちの悩みは尽きないのではないのでしょうか?そんなママたちのお悩みを解決出来る講座がついに登場!!

## 親子なかよし講座 ☆ピカピカ☆

### 親子ヨガ

日時： 6月28日(水)  
午前10時30分～11時10分  
講師： ヨガインストラクター  
もりした あや 森下 彩 氏  
対象： 市内在住の首が座っているお子さん～1歳6か月の乳幼児と保護者10組(対面：6組、Zoom：4組)



親子でのヨガは、スキンシップをとおしてコミュニケーションが図れるとともに、子どもの発育をサポートするのに効果的だといわれています。子どもはママとふれあうことで愛情を感じてやすらぎを得ることが出来るほか、寝つきをよくする効果も期待出来ます。ママにとっても、産後の運動不足やストレス解消にぴったりなので、ぜひご応募ください!  
今回初! Zoom中継も行いますので乞うご期待!!