

子育てに役立つ情報を提供しています

子育てガイド



長年の結婚・子育て支援サイト
いきなれプラス

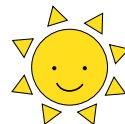
親子で自由に集えるあそびの広場 子育て支援センター

おひさまひろば (ほほえみの家内) ☎855-8551

時 月曜日～金曜日10時～12時・13時～16時(土日祝日、お盆、年末年始休み)

対 町内在住のおおむね生後2か月～就学前の子ども、保護者、妊婦の方 **料** 無料

他 気象庁の発表で警報や避難指示(レベル4)が出ている場合は、穏やかな天気でも休館になりますので、来館の際は、おひさまひろばに **お電話にてご確認のうえ** お越しください。



講座のオンライン予約はコチラ

▼講座には、予約が必要な場合があります。講座申込受付時間:月曜日～金曜日9時～17時(土日祝日、お盆、年末年始休み)

講座名	日時	内容など
妊娠期～赤ちゃんのママ・パパへ☆ 声だけZOOM ～オンラインで聞ける 赤ちゃんのおはなし～	9月20日Ⓢ テーマ「赤ちゃんとお風呂」 11時20分～12時(自由参加)	カメラオフでの声だけの参加なので、ノーメイクでも普段着のままでもOK!聞くだけでもOKです!『大変だな』『どうしたらいいのかな』をみんなでおしゃべりしましょう♪ ZoomID:994 157 4595 パスコード:ohisama 助産師:吉原麻由さん
妊娠期のママたちへ☆ マタニティカフェ (妊娠中の母親の交流会・ 助産師さんからのアドバイス)	9月20日Ⓢ・10月18日Ⓢ 12時15分～13時45分 (要予約・オンライン予約可)	※9月20日は、マタニティフィットネス 定 5組(先着順) 兄弟のお子様も一緒に参加できます インストラクター:坂本ゆかさん
おひさまの日	9月22日Ⓢ15時30分～(自由参加)	ふれあい遊びとママトークなど
絵本の日	9月25日Ⓢ11時30分～(自由参加)	杉山ひとみさんによる手遊び・絵本の読み語り
日曜日あいてマース♪	10月1日Ⓢ10時～11時30分 (要予約・オンライン予約可)	申 9月15日Ⓢ～ 定 20人程度(先着順)
Birthday Photo booth (バースデー フォトブース) ☆そうちゃんママ(@KAHO 堀夏帆さん)が素敵なフォト ブースを作ってくれます♪	10月3日Ⓢ10時～12時 (要予約)	対 10月お誕生日、ハーバースデーの未就学児とその保護者 定 9月26日Ⓢ 12時 (応募多数の場合抽選・当落電話連絡) 定 5枠(1組撮影時間20分程度)
にこにこ相談	10月4日Ⓢ10時～・ 11時10分～・13時30分～ (要予約・オンライン予約可)	臨床心理士による1時間個別相談・託児あり
げんきっこひろば	10月6日Ⓢ ①13時30分～14時20分 ②14時35分～15時25分 (要予約)	ひばり学級とおひさまひろばでの自由遊び 定 ①②各5組程度 定 9月29日Ⓢ12時 (応募多数の場合抽選・当落電話連絡) ※申込み・受付:おひさまひろば
HOTほっとタイム ～心と身体の深呼吸ヨガ～	10月10日Ⓢ 12時～13時30分 (要予約・オンライン予約可)	心も身体もゆったりゆるめてリフレッシュしましょう♪ 定 10月3日Ⓢ12時 (応募多数の場合抽選・当落電話連絡) 定 4組程度 インストラクター:早田ちあきさん
わらべうたの日	10月19日Ⓢ11時30分～(自由参加)	高田保育所所長による親子わらべうた
ツインズパーク	10月25日Ⓢ10時～12時(自由参加)	双子・三つ子ちゃん親子の交流会(駐車場お迎え有)

初めての子育てを楽しく♪

はじめのはじめのいっぽち

時 10月13日Ⓢ・23日Ⓢ・27日Ⓢ

3回連続講座 12時30分～14時30分

所 健康センター 4階

(23日のみふれあいセンター1階和室)

対 町内在住、第1子2か月～おおむね5か月の赤ちゃんとその母親

内 わらべうた、ベビーマッサージ、おしゃべり会

定 6組程度

定 9月19日Ⓢ12時 ※オンライン予約可

(応募者多数の場合抽選、当落電話連絡)

じどうかん

☑ 各児童館 開館時間：月～土曜日10時～12時・13時～17時

- つばさひろば (高田児童館) ☎857-4500 火・木曜日10時～12時30分 土曜日10時～12時
 ふわりひろば (長与北児童館) ☎887-3319 月～金曜日10時～12時・13時～14時 土曜日10時～12時
 にじいろひろば (長与南児童館) ☎883-3996 月～金曜日10時～12時・13時～14時 土曜日10時～12時
 ひだまりひろば (上長与児童館) ☎887-2616 月～金曜日10時～12時・13時～16時 土曜日10時～12時
 すまいるひろば (長与児童館) ☎883-6399 月～金曜日10時～15時 土曜日10時～12時

☑ 申込みが必要な行事は、各支援センターへお気軽にお電話ください。

申込不要の行事の日は、利用時間に自由にご来館ください。

行事予定時間は、みんなでいっしょに楽しみましょう♪

☑ 町内在住の乳幼児、保護者 ☑ 参加費無料



日にち	行事	場所	内容など
9月8日(金) 10時30分～	親子ふれあい遊び	にじいろひろば	☑ 不要 子どものコミュニケーションやスキンシップをとるのにオススメの遊びです。
9月11日(月) 10時30分～	🍷小麦粉ねんどで遊ぼう	ふわりひろば	☑ 8月28日(月)～小麦粉ねんどを使って自由にかたちを作って遊びましょう!
9月12日(火) 10時～	🔄0歳児あつまれ! 「ボールプール」	つばさひろば	☑ 9月4日(月)～ ☑ 12か月ごろまでの親子
9月12日(火) 10時30分～	🍷魚つり遊び	ひだまりひろば	☑ 8月29日(火)～ どんなおさかなが釣れるかな?
9月14日(木) 11時～	ハッピータイム 「9月生まれさんお祝い会」	すまいるひろば	☑ 不要 かわいいバースデーカードとプレゼントをご用意しています。みんなでお祝いしましょう♪
9月15日(金) 10時～	お月見フォトブース (中学校連携行事)	ふわりひろば	☑ 不要 長与中学生がお月見フォトブースを作りました! 親子で楽しめるフォトブースになっています。
9月15日(金) 10時～	ハロウィンフォトブース (中学校連携行事)	すまいるひろば	☑ 不要 長与中学生がハロウィンフォトブースを作りました! 親子で楽しめるフォトブースになっています。
9月15日(金) 10時30分～	🍷折り紙deプレゼント	にじいろひろば	☑ 9月1日(金)～ おじいちゃん・おばあちゃんへのプレゼントにいかがですか? 育児相談併催です
9月16日(土) 10時30分～	ふわりおはなしひろば	ふわりひろば	☑ 不要 土曜日開催! 大型絵本やかみしばいをまじえたおはなし会です。
9月19日(火) 10時30分～	🔄1歳～未就園児あつまれ! 「リトミックを楽しもう」	高田地区公民館	☑ 9月11日(月)～つばさひろばで受付 ☑ 1歳～就園前の親子 外部講師は阿波村優子先生です。
9月19日(火) 10時30分～	すくすく測定会	ひだまりひろば	☑ 不要 お子さまの身長・体重が測れます。記録カードもご用意しています!
9月21日(木) 11時30分～	ぶっくたいむ	すまいるひろば	☑ 不要 29日(金)の十五夜にちなんで、お月さまの出てくるえほんを読みましょう♪
9月22日(金) 11時30分～	かみしばいの日	にじいろひろば	☑ 不要 季節に応じた楽しいおはなしです
9月25日(月) 10時30分～	🍷風船遊び	ふわりひろば	☑ 9月11日(月)～ 大きな風船、小さな風船、いろいろな風船でたのしみましょう!
9月26日(火) 10時～	🔄1歳児あつまれ! 「からだを動かして遊ぼう」	つばさひろば	☑ 9月19日(火)～ ☑ 13か月ごろ～2歳未満の親子
9月26日(火) 10時30分～	🍷親子でリトミック	ひだまりひろば	☑ 9月12日(火)～ 外部講師は峰晶子先生です。
9月27日(水) 10時30分～	ほっとタイム 「ハッピースナップ」	ふわりひろば	☑ 9月13日(水)～ フォトフレーム製作+いろいろなフォトブースを作ってお待ちしています。
9月29日(金) 10時～14時	🍷バスハイク (あぐりドーム)	にじいろひろば	☑ 9月15日(金)～ ☑ 12組 ☑ 料 あぐりドーム入場料として大人80円・子ども200円(0歳児は無料)
9月30日(土) 10時30分～	わくわくサタデー-at婦人の家 「みんなで運動会!」	働く婦人の家	☑ 9月16日(土)～すまいるひろばで受付 土曜日開催! 就園児も思いっきり遊びましょう!
10月3日(火) 10時30分～	すくすく測定会	ひだまりひろば	☑ 不要 お子さまの身長・体重が測れます。記録カードもご用意しています!
10月5日(木) 11時30分～	ぶっくたいむ	すまいるひろば	☑ 不要 秋といえばどんぐり? おいも? きれいな落ち葉もありますね。秋のえほんを読みまます。
10月6日(金) 10時30分～	🍷ハロウィン飾りをつくろう	にじいろひろば	☑ 9月22日(金)～ 手形でおばけの飾りを作りましょう。

10月10日(火) 10時30分～	🌀 0歳児あつまれ! 「親子ふれあい遊び」	高田地区公民館	☑ 10月2日(月)～つばさひろばで受付 ☑ 12か月ごろまでの親子 外部講師は高村みな美先生です。
10月10日(火) 10時30分～	🍵 手形で遊ぼう	ひだまりひろば	☑ 9月26日(火)～ みんなのかわいい手形で、大きな木を作ります。どんな木ができるかな?
10月12日(木) 11時～	ハッピータイム 「10月生まれさんお祝い会」	すまいるひろば	☑ 不要 かわいいバースデーカードとプレゼントをご用意しています。みんなでお祝いしましょう♪
10月13日(金) 10時30分～	親子ふれあい遊び	にじいろひろば	☑ 不要 子どもとのコミュニケーションやスキンシップをとるのにオススメの遊びです。

🍵は各回でテーマを決めた行事「みかんちゃん」、🌀はつばさひろばの年齢別行事「つばさデー」です

ウェルカムどようび

じどうかんの土曜午前は乳幼児優先になります。ふだんは来られない通園児さんも、あそびに来てみませんか?

🕒 9月9日(土)・16日(土)・30日(土)、
10月7日(土)・14日(土)
各日10時～12時

📍 各じどうかん

👤 町内在住の乳幼児、保護者

🎫 参加費無料 ☑ 不要

エンジェルプログラム

赤ちゃん和妈妈のための3回連続の講座です。子育て相談専門員や栄養士、児童厚生員が笑顔の子育てを応援します。

🕒 10月5日(土)、12日(土)、19日(土)

☑ 申込期間 9月19日(火)～26日(火)

3回連続プログラム、各日10時30分～11時30分

📍 つばさひろば

👤 町内在住で、講座開始時におおむね6～12か月の乳児とお母さん。3回とも参加できる方。

📎 5組程度(参加の可否は後日ご連絡いたします)

☑ 電話またはフォームから申込み



子育て支援自主サークル

📍 子育て政策課母子保健係 ☎801-5881 ※祝日は原則休み。

	日時	場所	対象
さくらんぼ	第1～3月曜日10時30分～12時 9月18日お休み	嬉里中央自主防災センター	0歳～就園前の子ども、保護者
つくしんぼ	第2水曜日 10時～11時30分	サニータウン南公民館	1歳～就園前の子ども、保護者 ※対象は1歳からですが、ごきょうだいであれば0歳のお子さんも参加できます
ぴよぴよくらぶ	第1木曜日 10時～11時30分	井手本自主防災センター	0歳児、保護者
さくらクラブ	第1金曜日 10時～11時30分	長与町公民館2階和室	
こっこくらぶ	第3木曜日 10時～11時30分	北陽台公民館	

マタニティクッキング

☑・📍 子育て政策課母子保健係
☎801-5881

🕒 10月13日(金)10時～12時

📍 ふれあいセンター1階
和室・調理室

👤 栄養士による妊娠中の食事に関する講話、保健師による産後サポートに関する講話ミニキッチン(ごはん、簡単に豆腐、南瓜の和風サラダ、離乳食づくり)

📎 先着6人程度

🎫 200円

☑ 10月5日(木)

👤 次回は、
12月15日(金)予定



イオンタウン×長与町 「cocosukiながよ」

月先着10人(託児対象のこども)のファミリーサポートセンター託児利用料を、月2時間補助します!

イオンタウンに無料券をもらいに行くと、託児利用料が2時間無料になります!(年間5回までご利用できます。)

子ども連れで外出が難しい時、育児リフレッシュなどにご利用ください!
※その他ひとり親・多子世帯・多胎児・保護者疾病の場合にも補助をしています。



▲ 2時間無料券



詳しくはこちら
長与町ファミリーサポートセンター

「cocosukiながよ」の動画ができました! 利用の仕方がわかるので、ぜひ、ご覧ください!



親子で自然で遊ぼう!

☎ 高田保育所 ☎ 856-2333

🕒 10月16日(日)11時30分~12時

📍 高田保育所

👤 2歳~

📌 ネイチャーゲームの先生と一緒に、わくわく発見
いっぱいしましょう!

📌 3組(申込多数の場合、抽選)

📌 無料

📌 電話申込

☑ 10月10日(日)

📌 2回目を11月6日(日)に予定しています。

親子で人形劇を観ませんか。

☎ 高田保育所 ☎ 856-2333

🕒 10月30日(日)10時~10時50分

📍 高田保育所 2階ホール

👤 2歳~

📌 埼玉のそらいろ人形劇場の方が来られ
「おむすびころりん」「きとキキキ」が上演されます。

📌 5組(申込多数の場合、抽選)

📌 無料

📌 電話申込

☑ 10月23日(日)



子育て ランド

No.365

「はだし」のススメ

健康な足づくりには、運動が一番!かけっこや鬼ごっこのような遊び、築山登り、でこぼこ道を歩いたり…色々な動きを経験すると足の筋肉の発達にもつながりますね。また、はだしで過ごす時間を増やすことで、しっかりとした足づくりや、足首や膝、腰などを痛めるリスクが減り、適正な体の動きにつながります。



「はだし」の その1 スススメ

靴を履いていると、足底や指の動きに制限がかかってしましますが、はだしであれば、地面からの情報を直接受け、それに対して柔軟に足のアーチ(土ふまず)や指が動き、足の発達を動かす仕組みになっています。

その2

アーチ(土ふまず)ができてくると、運動が楽になり、疲れにくくなると考えられています。

その3

靴下をはくと、その中で足と指が滑ってしまい、地面をしっかり捉えられないため、できるだけ靴下も履かない方が発達につながります。

「あしをつくる」遊び~はだしになって~ 大人の方もやってみましょう!

●足指じゃんけん

足の動きを存分に使って。



●タオル寄せ競争

足の指だけで、長タオルをたぐり寄せる。

最後、足指で引っ張り合うことで、より負荷をかけられる。



参考文献 エドゥカーレ2023・5月号

文責 高田保育所