

各位

愛敬

**桑名市メールマガジン 桑名子育て情報「子ども家庭課」2016年5月号情報**

(子育てワンポイントアドバイス)

空を見上げると、五月晴れの澄み切った空気が満ちあふれ、広大な青空にエネルギーを感じます。大きく呼吸することで脳は活性化し、気分も新たになるものです。子育てにちょっと疲れたときは、ぐっと胸を張り深く息を吸ってみましょう。

[子育てサロン開催日]

- 大山田公民館 11日
- 七和公民館 18日
- 城南公民館 9日・23日

[あおぞら出前保育開催日]予約不要。時間 9:30 から 11:30

- 礮公園 10日・24日
- 貝塚公園 12日・26日
- 吉野公園 11日・25日
- 立花公園 17日
- 星川公園 19日
- おがわら公園 13日・27日
- よきとうげ公園 6日・20日
- アイリスパーク 19日
- 貝殻谷公園 休み

[公立保育所園庭開放開催日]予約不要。時間 9:30 から 11:30

- 厚生館 12日・26日
- 別館 6日・20日
- 山崎 17日
- 深谷 18日(子育てサロンひだまり)
- 城東 10日・24日
- 深谷北 11日・18日
- 多度 12日・19日・26日
- 桑陽 6日・11日・13日・18日・20日・25日・27日
- 長島中部 2日・9日・12日・16日・19日・23日・26日・30日

[子育て講座開催日]

申し込みは、桑名市地域子育て支援センター、長島地域子育て支援センター、子育て憩いの広場・子ども・子育て応援センター「キラキラ」「ぼかぼか」に直接来館にて受付します。(ほっとひと息、おしゃべりサラダ電話でも受付します)

申し込み時間は、9:00 から 15:30(子ども・子育て応援センター「ぼかぼか」・子育て憩いの広場は、9:00 から 16:00 の受付)です。

- 5月10日(火)「赤ちゃんマッサージ」

講師:西脇実和子さん

対象:未就園児の8か月ぐらいの赤ちゃん16組

場所:桑名市地域子育て支援センター

時間:10:00から11:00

申し込み開始は、4月22日(金)より

●5月13日(金)「ほっとひと息、おしゃべりサラダ」

講師:塩見明美さん

テーマ:子育て中の思いを分かち合ひましょう

対象:テーマに興味のある方16名(託児有)

場所:精義公民館

時間:9:30から11:30

申し込み開始は、4月22日(金)より

●5月23日(月)「楽しくヨガ」

講師:永井一枝さん

対象:未就園児の保護者16名(託児有)

場所:長島福祉健康センター

時間:10:00から11:00

申し込み開始は5月13日(金)より

●5月31日(火)「親子であそびフィット」

講師:小林百恵さん

対象:1歳6か月以上の未就園児の親子18組

場所:陽だまりの丘複合施設「ぼかぼか」

時間:10:00から11:00

申し込み開始は、5月20日(金)より

[お問い合わせ先]

・桑名市子ども・子育て応援センター「キラキラ」

TEL:0594-84-6039

桑名市子育て情報誌「すくすくだより」でも子育て講座の情報や子育てサロン、園庭開放のスケジュールを掲載しています。各支援センターや公民館などで配布しています。桑名市のHPでもご覧いただけますのでご利用下さい。

「ノーバディズ・パーフェクト(完璧な親なんていない)」

プログラムに参加しませんか

子育てってたのしいけれど大変なことやつらいこともたくさんありますよね。

この講座では、親御さん同士が交流し、日々の子育てについて話したり考えたりしながら自分に合った子育て方法を学びます。少し子どもと離れて、ゆっくり自分と向き合ってみませんか。

日時:5月30日(月)、6月6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)、7月4日(月)、11日、25日(月) 全8回連続講座 毎月9:30から11:30まで

オリエンテーションは、5月17日(火)に行います。

場所:桑名市子ども・子育て応援センター「ぼかぼか」

参加費:無料

定員:14名(託児有)

対象:1歳から5歳の子どもをもつ保護者

参加希望の方は、5月16日(月)までに桑名市子ども・子育て応援センター「キラキラ」に

(Tel 0594-84-6039 FAX 0594-25-0075)お申し込みください。

桑名市子ども・子育て応援センター「キラキラ」「ぽかぽか」では、みっくみえ共催で専門スタッフによる相談事業を5月より行います。

●キラキラ 離乳食・栄養子育て相談室

管理栄養士がお話を聞きます。

対象:子育て中のパパ、ママ、妊婦さん、おじいちゃん、おばあちゃんもどうぞ。

日時:第4水曜日(4月・8月・11日はお休み)9:30から11:15

場所:「ぽかぽか」相談室

桑名市子ども・子育て応援センター「キラキラ」では、みっくみえ共催で「マタニティくらぶ」を開催しています。(1回完結クラス)

助産師が妊婦さんのためのベビーマッサージやサロンを行っています。奇数月第2金曜日 10:00から11:30 定員10名(要予約)

予約は開催日の1か月前からです。経産婦さんもOKです。託児はありません。

[お問い合わせ・予約先]特定非営利活動団体MCサポートみっくみえ

0594-21-4935(担当 生川)

予約受けは、月曜から木曜日(祝日は除く)10時から15時

以上

