

きらり

令和5年3月号

令和5年2月20日 発行

社会福祉法人七恵会 ながかみ保育園
子育て支援ひろば 「きらり」




〒435-0057 浜松市東区中田町 776 番地

電話 053-411-4811 FAX 411-4822

E-mail hoikuen-nagakami@nanakeikai.jp

風が冷たく寒い日もあれば、ポカポカ陽気の日もあったり、日々の気温差が大きい時期ですね。体調管理に気をつけて過ごしましょう。

ひろばでは、お子さんの生活リズムと育ちをサポートしています。

- ★開催日時 月～金曜日 8:30～13:30
- ★妊婦さんとおおむね3歳未満のお子さまと保護者の同伴で利用できます。利用料は無料です。
- ★持ち物は、きがえ(洋服、帽子、靴下)、飲み物(お茶類)など、お子さんに必要なものをご持参ください。
- ★子育て相談 8:30～13:30
悩みごとや不安、ご自身の体調などお気軽にご相談ください。
- ★赤ちゃんマッサージ  9:00～9:30

《ひろば利用時のお約束とお願い》

- *カメラ・スマートフォンの使用及び撮影はできません。
- *駐車場からひろばのお部屋までの距離、赤ちゃんを両手で抱っこしてきましょう。歩ける子は歩かせてきましょう。
- *新型コロナウイルス感染症対策をして、ひろばを開所しています。
- *体調不良や風邪症状の見られる方は利用を控えて下さい。ご自宅で検温をし、平熱を確認してから利用して下さい。
- *状況により、人数制限や利用を制限する場合があります。ご了承ください。

3月の予定 (ひろばや講座等の開催が変更になる場合があります。)

・マークの説明 ○常設ひろば ●出張ひろば ◇妊婦支援 ◎長期休暇支援

月	火	水	木	金
		1 ○ 	2 ○	3 ○ 
6 ○	7 ○● 	8 ○	9 ○ 	10 ○ 
13 ○◇ 	14 ○● 	15 ○ 	16 ○◎ 	17 ○◎ 
20 ○◎◇ 	21 おやすみ	22 ○◎ 	23 ○◎ 	24 ○◎ 
27 ○◎ 	28 ○◎ 	29 ○◎ 	30 ○◎ 	31 ○◎ 

首がすわるまでの赤ちゃんの抱き方は…

首がすわる前の赤ちゃんは、身体の中で一番重い頭を支えるだけの筋肉や骨がまだ十分育っていません。

首がすわる前から縦抱きをしていると、重い頭や胴体を支えようとして、腹筋や背筋が未熟なために、背筋を支える筋の全体に力が入り過ぎて身体が緊張します。この緊張を続けていると、それが身体に「反り」や「硬さ」となって現れることがあります。赤ちゃんの発達に合った抱き方が大切です。少なくとも首がすわる生後4ヶ月頃までは、横抱きで首と頭を支え、赤ちゃんの腰に手を回して両足を包み込み、丸く抱いてあげましょう。

ひろばのご案内

-  **カンガルータイム** 10:00～10:30
0歳児のお子さんのママ同士おしゃべりしましょう。
-  **きらり講座(要予約)** 10:00～11:00
子育てについて学びましょう。参加者7組限定
-  **知恵袋(要予約)** 9:30～10:30
言葉、行動面が気になるお子さんと保護者が対象です。
-  **はますくファイル・ノート記入会**
9:30～10:00
1歳児のはますくファイル・ノート記入会をします。
-  **ママグループ『どんぐり』** 9:00～11:00
2～4ヶ月の赤ちゃんとママのグループ活動です。
-  **出張ひろば『ひだまり』** 10:00～15:00
大竜協働センター2階の和室で行っています。
-  **妊婦支援** 9:00～11:00
助産師に出産や育児について相談してみましよう。
-  **長期休暇支援** 8:30～13:30
幼稚園・小学校のお子さん、保護者の方と遊びに来てね。

～要予約の講座は、ひろばに来所してお申込み下さい！～

園庭で外遊びができます。

8:30～11:20 (午前中のみ)





赤ちゃんマッサージ

月～金曜日 9:00～

1日の生活のスタート。
マッサージと体操をしながら、親子でふれあう時間を作りましょう。



カンガルータイム

1日(水) 10:00～10:30

0歳児のお子さんのママ同士、子育ての情報交換をしたり、おしゃべりしましょう。



きらり講座(要予約)

10日(金) 10:00～

テーマ「子どもによく見られる症状
熱・咳・鼻水」
小児科医 竹内里和先生の講話があります。

参加者7組限定。

参加を希望される方は、ひろばに申し込んでください。



はますくファイル・ノート記入会

15日(水) 9:30～10:00

「1歳児の親子のはますくファイル・ノート記入会」
1歳児の親子ではますくファイル・ノートの記入を行います。
「はますくファイル・ノート」を持参して下さい。



知恵袋(要予約)

3日(金) 9:30～10:30

ことば、行動面など発達が気になるお子さんと保護者が対象です。日常生活を送る上で、必要となる知恵をお話します。



ママグループ「どんぐり」

9日…第5回 食

「赤ちゃんのごはん」

23日…第6回 語

「子育てハッピートーク」



出張ひろば『ひだまり』

会場:天竜協働センター

7日…フリー

14日…楽しく絵本タイム①

①11:00～ ②13:00～



妊婦支援

13日(月)・20日(月)
9:00～11:00

テーマ「赤ちゃん用品の話」
助産師に出産や育児についての相談や先輩ママとの交流ができます。



長期休暇支援

3/16(木)～31(金)

春休み期間、幼稚園や小学校に通う児童と保護者にひろばを開放しています。開催日は、ひろばカレンダーをご覧ください。



きらり・しあわせ通信

20日(月)

「ママと赤ちゃんのしあわせ通信」と「きらり通信」を希望の方に郵送でお届けします。

ながかみ保育園のご案内



《 駐車場 》

園舎西側駐車場、第3長上苑南側駐車場をご利用ください。満車の場合は、お声を掛けてください。

出張ひろば(天竜協働センター)のご案内

浜松市東区薬新町99 TEL 421-0379



《 駐車場 》

駐車台数に限りがありますので、徒歩や車の乗り合わせにご協力をお願いします。

《 バス 》

「中ノ町磐田線80に乗りし『薬新町』バス停下車」にてお越しください。