



# てとて.net

令和6年度 第12号 2月末 発行



〒895-0061  
薩摩川内市御陵下町19番5号  
川内すわこども園内  
子育て支援センターtetote-てとて  
TEL(0996)20-2630

今年度も早いもので残り1ヶ月となりました。「子育て支援センターtetote-てとて」へたくさんのおともだちが足を運んでくださって本当にありがとうございました。至らぬ点多かった事と思いますが、子どもさんと一緒にたくさん遊べたことや保護者のみなさんと子どもさんの成長と一緒に感じる事が出来て本当に嬉しい限りです。今後とも「子育て支援センターtetote-てとて」をよろしくお願いいたします。

※おすすめマークの見方



ベビープログラム(首がすわった頃から)

	曜日	要予約	おすすめ	活動(プログラム)	内容・準備等
1	土			自由広場(9:30~)	予約スタート(9:00~)
2	日				
3	月			ねんね赤ちゃんのうたあそび(10:30~) 足形アート	親子でいっぱいふれあって、絵本や手あそびうた、わらべうたなどで遊びましょう!(ねんねからハイハイの頃)
4	火			ベビーマッサージ(10:30~)	準備:バスタオル、飲み物
5	水			ママ&ベビーフィットネス(10:30~)	親子でカラダを動かしながら活動して、カラダのケアをしませんか?
6	木			自由広場(9:30~)  ランチ提供	ランチを予約された方は、11時までに来所ください
7	金			親子でヨガ(10:30~)	心も体も「元気」になるために親子で身体を動かしてリフレッシュしませんか?
8	土			自由広場(9:30~)	希望者は身長、体重をはかります。
9	日				
10	月			産後ケア(9:30~)	予約された方は、産後ケア応援券、母子健康手帳、バスタオル2枚、フェイスタオル2枚をお持ちください。
11	火			自由広場(9:30~) 1歳以上児限定	1歳以上児さんの自由広場になります。
12	水			親子でキッドピクス(10:30~)	親子で一緒にリズム遊びを楽しみながら元気いっぱい体を動かしましょう。
13	木			自由広場(9:30~) 0歳限定	0歳児限定の自由広場になります。きょうだいさんは、上のお子さんの年齢で参加してください。
14	金			自由広場(9:30~)  ランチ提供	ランチを予約された方は、11時までに来所ください
15	土			電話相談	
16	日				
17	月			持ち寄りティータイム(9:30~) 0歳児限定	家族やご友人と一緒に、推しおやつ持参でお茶を飲みにきませんか?もちろん1人での参加もOKです。
18	火			お誕生日会(10:30~)	2月、3月生まれのおともだちの誕生日会をします。
19	水			えほんうたあそび(10:30~)	親子でいっぱいふれあって、絵本や手あそびうた、わらべうたなどで遊びましょう!(おすすめできる頃から)
20	木				
21	金			タートルスポーツクラブ(10:30~)	※タートルスポーツクラブ集合・解散 準備:運動できる服装・飲み物。
22	土		New!	Let's hobby スパイスカレーをつくろう(10:00~)	男性限定のプログラムです。詳しくは裏面をごらんください。 準備:エプロン、三角巾、自宅で使用している鍋
23	日				
24	月			持ち寄りティータイム(9:30~) 1歳以上児限定	ご家族やご友人と一緒に、推しおやつ持参でお茶を飲みにきませんか?もちろん1人での参加もOKです。
25	火			てとて講座「離乳食教室」(10:30~)	離乳食初期(5か月~7か月)のメニューをつくって一緒に食べよう。準備:エプロン、ご家庭にある離乳食用の調理器、食器
26	水			ベビーマッサージ(10:30~SECOND)	準備:バスタオル、飲み物 川内すわこども園 second 集合
27	木			自由広場(9:30~) 1歳以上児限定	1歳以上児さんの自由広場になります。
28	金			自由広場(9:30~) 0歳限定	0歳児限定の自由広場になります。きょうだいさんは、上のお子さんの年齢で参加してください。
29	土			電話相談	
30	日				
31	月			電話相談	



◎3月のプログラム予約は  
**3月1日(土)9:00**より随時受け付けています。  
 予約は電話のみ(20-2630)とさせていただきます。  
 プログラムによっては定員になり次第締め切らせていただきますのでご了承ください。

**※9時以前の予約の電話は、  
 受け付けできません。**

**重要なお知らせ**

**4月からプログラムの予約方法がLINEからのネット予約に変更になります。必ず下にありますQRコードからのLINEの登録をお願いします。**

**※3月中旬から試行的にネット予約ができるようにいたします。この機会に、さわって確認してみてください。ご不明な点はスタッフにいつでもご相談ください。**



※プログラムによって**予約制**とさせていただきます。  
 急な変更等あるかもしれません。  
 ※LINE・Instagramの登録をよろしくお願いたします



**今月のランチメニュー**

一食 500円

<6日>

- ・ピビンバ
- ・大根のナムル
- ・かきたまスープ

<14日>

- ・魚のポテト焼き
- ・ブロッコリーのツナ和え
- ・ピーマンソテー
- ・さつま汁

**2月のtetote-てとて-の活動をピックアップ**

**自由広場特集**



**プログラムについて**

・Let's hobby「スパイスカレーをつくろう」は男性限定になります。ゆうすけ先生(調理師)とスパイスカレーを作り、一緒に試食しましょう。もちろん家族みんなでの参加大歓迎です。スパイスを入れる前に子どもさんの分を取り分けられる方法もお伝えします。  
 材料費:800円  
 ※ご自宅で使用している鍋をご持参ください。

・「離乳食教室」は初期のお子さんを持つご家族を対象にいたします。講師は鰐坂絢佳先生(川内すわこども園管理栄養士)です。  
 参加費:500円  
 ※ご自宅で使用している離乳食用の調理器具等をご持参ください。

・「産後ケア」は、薩摩川内市の産後ケア応援券を利用し、助産師さんがおこなう乳房ケア、骨盤ケア、ベビーマッサージ(各4,000円)を受けていただくことができます。  
 予約時に希望時間と希望する施術をお知らせください。施術は、支援センターで行っていただきます。  
 予約時間:① 9:30~ ② 10:30~ ③11:30~

・「持ち寄りティータイム」は、**私の推しおやつ**を持参してゆっくりとティータイムをしませんか?ご家族、ご友人等お誘いして支援センターにお越しください。もちろん1人での参加も大歓迎です。  
 ※推しおやつは親子それぞれで推しているものをご持参ください。  
 開所時間内なら都合の良い時間で利用ください。



**tetote を利用するには・・・**

利用時間・・・毎週月曜日～土曜日

9:30～14:30

休館日・・・日、祝、年末年始

場 所・・・地域子育て支援センター

※『tetote-てとて-』は0歳～5歳までの就学前のお子さんなら誰でも利用できます。

◎お弁当を持参しての利用も大歓迎です。

◎センターを利用する際には、手指消毒・検温をお願いいたします。風邪症状が見られる場合にはおうちでゆっくり過ごしてくださいね。

◎各自で水分補給できる物を必ず持ってきてくださいね。

◎キャンセル(キャンセル待ち含む)場合は、お電話いただけると助かります。よろしくお願いいたします。

◎子育てで気になること等ありましたら、遠慮なくお声掛けください。別室での対応も行います。