

# 地域子育て支援センター通信

## 『すわっこ』だより

令和7年度 第8号 10月27日(月) 発行

November  
11月

朝夕は空気が冷たく肌寒くなってきましたが、日中はぽかぽかと太陽のぬくもりを感じ、過ごしやすい季節になってきました。園庭からはお外あそびを思いきり楽しむ子どもたちの元気な声が聞こえてきます。今月も体調に気を付けながら一緒に楽しい時間を過ごしましょう♡美味しいコーヒーを入れてお待ちしています◎

| 月                                                | 火                                        | 水                                                | 木                                         | 金                                       | 土                   |
|--------------------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------|
|                                                  |                                          |                                                  |                                           |                                         | 1 10:00～<br>ほのぼのデー  |
| 3<br>文化の日                                        | 4 10:30～<br>YOGA(ヨガ)<br>樋脇保健センター<br>要予約  | 5 10:30～<br>わらべ歌遊び<br>(1歳半まで)                    | 6 10:30～<br>ピラティス<br>樋脇保健センター<br>事前予約者のみ  | 7 10:30～<br>音楽あそび                       | 8<br>電話相談           |
| 10 10:30～<br>ママ＆ベビー<br>フィットネス<br>可愛コミュニティ<br>要予約 | 11 10:30～<br>YOGA(ヨガ)<br>樋脇保健センター<br>要予約 | 12 10:30～<br>しょうご<br>ティーチャーと<br>ふれあい遊び           | 13 10:30～<br>ピラティス<br>樋脇保健センター<br>事前予約者のみ | 14 10:30～<br>おはなし会<br>樋脇郷土館             | 15<br>電話相談          |
| 17 10:30～<br>ベビー<br>マッサージ<br>要予約8組               | 18 10:30～<br>YOGA(ヨガ)<br>樋脇保健センター<br>要予約 | 19 産後ケア<br>①9:30～<br>②10:30～<br>③11:30～<br>要予約3組 | 20 10:30～<br>ピラティス<br>樋脇保健センター<br>事前予約者のみ | 21 10:30～<br>子育てサロン<br>ゆっぴい<br>樋脇保健センター | 22<br>電話相談          |
|                                                  |                                          |                                                  |                                           | 10・11月生まれ<br>お誕生日会<br>要予約               |                     |
| 24<br>振替休日                                       | 25 10:30～<br>YOGA(ヨガ)<br>樋脇保健センター<br>要予約 | 26 10:30～<br>ハイハイ教室<br>要予約3組                     | 27 10:30～<br>ピラティス<br>樋脇保健センター<br>事前予約者のみ | 28 10:30～<br>エネルギー講座<br>要予約             | 29 10:00～<br>ほのぼのデー |

◎毎週木曜日のピラティスは事前予約した方のみの参加となりますのでご了承ください。

◎ママ＆ベビーフィットネスは可愛コミュニティで行ないます。  
◎10・11月生まれお誕生日会は誕生者のみの参加になります。

ちなみ先生 ママ＆ベビーフィットネス講師  
(健康運動指導士)

赤ちゃんは生まれてから立ち上がるまでのおよそ一年間でうつ伏せ、寝返り、ハイハイ、立ち上がるなど様々な機能を獲得し、自然と体幹と手足の連動を身につけていきます。しかし、近年では部屋の環境からハイハイせずにすぐつかまり立ちをしてしまったり、外で体を使う経験が減って、動きの土台である“体幹と四肢の連動性”を学習・獲得できないまま、幼児期・児童期を迎え、正しい姿勢を維持することさえ難しい子ども達が実によく増えてきています。『すわっこ』では、乳幼児期からの発育発達過程を育む取り組みを大切にしていますので、ぜひご参加お待ちしております。

すわっこも園内  
地域子育て支援センター  
「すわっこ」発行  
TEL(0996)38-1193  
樋脇町市比野 550

### 〈活動の流れ〉

10:00 開所  
10:30 おあつまり  
あいさつ  
その日の遊び  
11:45 おやつタイム  
12:00 室内・園庭開  
(いつでもあそびにきてね♪)  
15:00 閉所

### 樋脇郷土館おはなし会

日時:11月14日 10:30～  
場所:樋脇郷土館  
おはなし会の後は季節の製作もあります。素敵な絵本に出会えるかも?♡

### 子育てサロンゆっぴい (おはなし会・大布あそび)

日時:11月21日 10:30～  
場所:樋脇保健センター  
わらべうたに合わせて、大きな布であそびましょう～!

### すわっこ写真館

ベビーマッサージ(ももえ先生)

薩摩川内市  
月曜日～土曜日  
(10:00～15:00)  
\*随時園庭開放



**エネルギー講座**  
要予約 電気のしくみ(手回し発電機体験)  
日時:11月28日 10:30～  
九州電力の方と一緒に電気の仕組みについてお話を聞いたり実際に体験してみませんか?

**音楽あそび**  
日時:11月7日(金) 10:30～  
リトミック講師のゆうき先生と一緒に音楽に合わせて体を動かしたり、楽器の音色に触れたり楽しい親子の時間を過ごしませんか♡

**産後ケア**  
要予約 日時:11月19日  
9:30～・10:30～・11:30～  
産後の骨盤ケアや乳房ケアなど、ママ達が不安や心配になっている事を助産師の先生と解決♪気軽にご利用下さいね!

**ももえ先生のハイハイ教室**  
要予約 日時:11月26日 10:30～  
対象年齢:1歳未満(3組)  
うつ伏せや寝返りは、ハイハイにつながる大切な発達過程です。うつ伏せを嫌がる・寝返りができないなどの月齢の早いお友だちも一度遊びに来て下さいね♡ももえ先生と気軽にお話ししながらお悩みスッキリ!!

**しょうごティーチャーとふれあい遊び**  
日時:11月12日 10:30～  
ギターやウクレレの音色に合わせて歌を歌ったり親子で触れ合いを楽しもう。

豆の木  
6日・20日

【食育講座】…12月5日(金)食生活改善推進員さんをお招きして・季節の野菜の大切さ、減塩でも美味しく調理ができる等、講話を聴いたり実際に試食し、身近な食生活に活かしてもらえらと思います。  
【メニュー】…大根葉ご飯・ほうれん草の胡麻からし和え・切干大根とひじきのサラダ

### ママ＆ベビーフィットネス

### ハイハイ教室

### しょうごティーチャーとふれあい遊び

### 郷土館おはなし会

### ピラティス 託児

