

子育てすこやかセンター 7月の行事予定



開館時間 9:00~17:00

622-0004
南丹市園部町小桜町43番地2
TEL 0771-68-0082
FAX 0771-68-2526
こころの相談予約 こども家庭課
TEL 0771-68-0028

日	月	火	水	木	金	土
			1 水遊び	2	3 すこやかお話し会 (横田公民館)	4
5	6	7 水遊び	8	9	10 親子ヨガ	11 土曜ひろば (午前たまびよ)
12	13 すこやか休館	14	15	16	17	18
19	20	21	22 リトミック	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

(行事開催時間)

行事参加には予約が必要です

親子リトミック 10:30~11:30

持ち物 水分・汗拭きタオル

※ 親子それぞれの水分必須

親子ヨガ 10:30~11:30

持ち物 水分・バスタオル

※ バスタオルを敷いてヨガをします

お話し会 10:30~11:00

会場 横田公民館

水遊び 10:30~11:30

持ち物 水分・タオル
着替え・帽子

※ 親子それぞれの水分必須

安定した座位ができる
月齢からの参加が可能です。

気温、暑さ指数によって
中止になる場合があります。



8月の予定

8/6(木) スローエイジング

8/7(金) ベビーマッサージ
(南部コミュニティセンター)

持ち物 水分・バスタオル
着替え・オムツ

8/8(土) 土曜ひろば

8/10(月) すこやか休館

8/19(水) 親子リトミック

8/21(金) 親子ヨガ

※ 予約は前月の1日から可能です

気象警報発表時は閉館します。詳しくは、すこやかセンターまでお問い合わせください。
(午前8時30分時点で気象警報が発表されている場合は午前中閉館です。正午の状況で午後は判断します。)

～子育てサロンの開放～

親子で一緒に遊んだり、育児に関する情報交換を行ったりするコミュニケーションの場を提供しています。希望により育児相談を行い子育ての悩みの解消を図ります。

- ※ 子育てサロンは『ぼこぼこくらぶ園部』として、NPO 法人グローアップが運営しています。
- ※ 開設時間は午前 9 時から午後 5 時です。
- ※ 入館時に、氏名、住所、連絡がとれる電話番号を記入していただきます。

※ 入館制限について

風邪の症状がみられる場合、又は 37.5℃以上の熱がある場合は入館をお断りします。

※ ランチタイムについて

持参されたお弁当などの食事が可能です。



センター事業の様子



<親子リトミック>

音楽を聴いて、感じて、リズムにのって体を動かしましょう。先生のピアノが聴こえると、お子さんの目がキラキラと輝き、笑顔がたくさん見られます。抱っこしながら、手をつなぎながら、親子の触れ合いのしかたもたくさん教えてもらえますよ。おうちでも工夫しながら取り入れて、楽しい親子の時間を過ごしてくださいね。

雨の日や暑い日ものびのびと遊べますよ



<親子でヨガを楽しもう>

普段使わない筋肉を意識したり、筋をシャーンと伸ばすとリフレッシュになります。油断すると前かがみになりがちなので、定期的に姿勢を正すように気をつけると、腰痛や肩こりも改善の一歩になるようです。お子さんもとなりに寝転んで一緒に楽しんでいます。

<お話会>

横田公民館で隔月で開催しています。季節を感じられる絵本の紹介と読み聞かせを毎月楽しみにされている方も多いのではないでしょうか。新しい絵本も良いですが、定番のお話でも大人になっても豊かな表現で読んでいただくと、感情移入して聞き入ってしまいますね。

<ベビーマッサージ>

城南町の園部南部コミュニティセンターで隔月で開催しています。ベビーマッサージは、植物系のオイルを使って行います。オイルを使うことで、肌がツルツルになり、乾燥から守ります。オリーブオイル、ホホバオイルが酸化しにくく、伸びがよく扱いやすいようです。

<こころの相談>

こどものこと、家族のこと、自分自身のこと、ひとりで考えるのではなく相談してみませんか。公認心理師による専門的な相談が受けられます。相談などの秘密は厳守します。相談時間の予約、空き状況の確認はこども家庭課までお問い合わせください。

予約受付：こども家庭課事業給付係 電話0771-68-0028

★公認心理師とは？

保健医療や福祉、教育などの幅広い分野において、心理学に関する様々な専門知識と技術を持って指導や助言、援助を行う専門家。心理専門のエキスパートです。