



11月の子育てページ



母子モ

検索



●乳幼児健診

期日	健診	対象児
13日 (水)	1歳 6カ月児	令和5年2月16日～ 4月生まれ

会 場：子育て支援センター「にこぽーと」

※対象の方には郵送でご案内します。

※お子さんが、当日具合が悪かったり、1週間以内に
人にうつる可能性のある病気にかかったりした時は
事前に電話などでご連絡ください。

●子育て支援センター「にこぽーと」あそび広場

利用時間：9：30～15：30／休館日：毎週土曜日
[11月の予定]

期日	時間	イベント
4日(月・祝)	10：00～12：00	ゆずりっこ広場(11/17まで)
7日(木)	10：30～11：30	みんなのお茶会
12日(火)	10：00～10：40	にこにこ音楽会
13日(水)	9：45～11：00	身体測定①
15日(金)	9：45～11：00	身体測定②
20日(水)	10：45～11：45	たんぼぼの会 ～絵本読み聞かせの日～
25日(月)	9：45～11：00	制作活動

問い合わせ：子育て支援センター「にこぽーと」

☎87-0083



こども俳句「野菜と花と虫」

畑の野菜、草花や生き物など、こどもたちの
周りには自然がいっぱいあふれています。

外遊びや栽培活動、地域や家庭での夏ならで
はの体験の中から、こどもたちの興味や心の動
きが俳句に表れています。

「いつのまに でっかくなったの きゅうりさん」
「ぼくよりも おっさいひまわり はなさいた」
「とんぼさん ははのゆびに とまってた」
「かぶとむし そっとしてたら おしっこした」

つぶやき
よつばこども園

●母子健康手帳の交付

お母さんとお子さんの健康を守るために、妊婦さん
全員に交付しています。随時交付しますが、保健師が
留守の場合がありますので、事前に電話などでご連絡
ください。

場 所：健康福祉センター

●すくすく発達相談会（要予約）

子どもの発達発育に詳しい専門家（公認心理師）に
よる、ことばや発達などの個別相談会を開催します。

期日	時間	対象
5日 (火)	13：00～16：00 (ひとり1時間程度)	幼児からおおむね12歳 の児童とその保護者
19日 (火)		

場所：子育て支援センター「にこぽーと」

●離乳食クッキングサロン（要予約）

ママたちと交流しながら離乳食を学ぶサロンです。

期日	時間	対象
26日 (火)	10：00～11：30	離乳食を学びたいママ やパパ

場 所：十王地区コミュニティセンター
(白鷹町大字十王4068-2)

内 容：離乳食のポイントについてのお話、調理実習
を管理栄養士が担当します。

持ち物：母子健康手帳、エプロン、三角布

保 育：希望される方はお申し込み時にご予約くだ
さい。

申込期限：11月19日（火）まで

●子育てをまなぶ・たのしむパパ教室（要予約）

期日	時間	対象
11月4日 (月・祝)	10：00	【まなぶ】父親が育児参加することの こどもへのメリット
	11：00	【たのしむ】親子で、家族で、 栄養満点クッキング
11月23日 (土・祝)	10：00	【まなぶ】ストレスとの向き合い方/ 正しい上手なほめ方・叱り方
	11：00	【たのしむ】親子で、家族で、 たのしく運動

対 象：妊婦さんの夫、子育て中のパパ

※ママ（妊婦さん含む）やお子さんの参加も OK です。

※お子さんのお預かりもできます。

場 所：子育て支援センター「にこぽーと」

申 込：電話または母子手帳アプリ「紅ほっぺ」から
※参加したい日だけの申し込みも可能です。

つどいの場 にじ・なないろ

～身近な居場所で「健康づくり」と「仲間づくり」～

- ❖ にじ・なないろは、ボランティア団体「支えあう地域づくりなないろの会」が運営する住民主体のつどいの場です。
- ❖ 65歳以上の方であれば、**予約不要で、どなたでも参加いただけます**ので、ぜひお越しください。参加費は、原則 200 ～ 300 円ですが、材料代等の実費をいただく場合があります。

❖ 活動内容カレンダー（時間：10：00 ～ 12：00）

月	火	木	金
10/21 ★	22 ●	24 ★	25 ★
音楽療法	レク・茶話会	百歳体操	体操・おにぎり会食
28 ★	29 ●	31 ★	11/1 ●
モルック	レク・茶話会	アップ体操	体操・茶話会
4 ★	5 ●	7 ★	8 ●
(休み)	音楽療法	アップ体操	体操・茶話会
11 ★	12 ●	14 ★	15 ●
手芸	レク・茶話会	アップ体操	体操・茶話会
18 ★	19 ●	21 ★	22 ●
音楽療法	レク・茶話会	アップ体操	体操・茶話会

●：にじ 白鷹町大字鮎貝 108（白光園地域交流棟）

★：なないろ 白鷹町大字荒砥乙 327-3

❖ おすすめ事業紹介

【百歳体操】

DVD を見ながら 40 分の体操、歩く、立ち上がる、持ち上げるなどの動作がスムーズに出来るようになります。



タクシーによる
無料送迎実施中!

無料送迎をご利用の方は、利用希望日の 3 日前まで、支えあう地域づくりなないろの会（☎ 080-1815-3289）へお電話で予約ください。

※にじは蚕桑・鮎貝地区の方、なないろは荒砥・十王・鷹山・東根地区の方が対象です。

※なないろの会で予約調整を行い、運行はタクシー会社が行います。



おなかも笑顔もいっぱい
「なないろ食堂」開催中!

食事を通じて、みんなで楽しく交流できる地域食堂「なないろ食堂」を毎月開催しています。**予約不要で、子どもから高齢者の方までどなたでも参加いただけます**ので、ぜひお越しください!

● 次回の開催日：10 月 19 日（土）

11 月 16 日（土）

● 時間：11：30 ～ 13：30

● 会場：なないろ

● 料金：大人 300 円、子ども無料

のどかカフェ



❖ 今月の開催日
10 月 23 日（水）
14：00 ～

❖ 開催場所
荒砥甲 373-8 番地
（ちょぼらの家）

「のどかカフェ」は、認知症の人やその家族、地域の人など、**予約不要で、誰でも気軽に参加できる居場所**を毎月開催しています。

参加費は無料です。お茶を楽しみながら、みんなでお話ししませんか。



**あなたも
認知症サポーターに
なりませんか?**

白鷹町地域包括支援センターでは、随時、認知症サポーター養成講座を開催（無料・少人数可）していますので、お気軽にお申し込み（☎ 86-0112）ください。

受講いただいた方には、サポーターの証「オレンジリング」を差し上げます。

高齢者の健康づくり教室 ～参加者募集中～

現在募集中の教室を、毎月 1 つずつご紹介します。

参加希望などがありましたら、事前に白鷹町地域包括支援センター（☎ 86-0112）へお問い合わせください。



◎元気わくわく教室

認知症予防・口腔・栄養の視点を取り入れながら、体力・筋力の維持・向上に向けた運動に取り組んでいます。

- 対 象：65 歳以上の方
- 会 場：各地区コミュニティセンター【送迎はありません】
- 利用頻度：毎週 1 回 ※曜日、時間は各地区で異なります。
- 利 用 料：1 回 200 円



ゆめスポしらたかロックの運動指導者と一緒に、週 1 回の定期的な運動習慣を身につけられます。身近なコミセンで、気軽に体操をしてみませんか?