



3月の子育てページ



アプリを
検索

母子モ

検索



母子モ



QRコード
から



Download on the
App Store



GET IT ON
Google Play



●乳幼児健診

期日	健診	対象児
5日 (水)	3カ月児	令和6年11月生まれ
	9カ月児	令和6年5月生まれ
12日 (水)	1歳 6カ月児	令和5年7月～8月生まれ
19日 (水)	2歳児 歯科	令和4年6月～8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
[3月の予定]

期日	時間	イベント
3日(月)	10：30～11：15	ひな祭りお茶会
5日(水)	9：45～11：00	身体測定①
7日(金)	9：45～11：00	身体測定②
14日(金)	10：30～11：20	ありがとうおめでとうの会 (要予約)

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「つららと雪だるま」

ざくざく音をたてて雪を踏みしめる感触や、
つるつる滑る氷の感触は冬ならではの遊びと体
験です。雪、氷、つららなど冬の自然から、楽
しみと発見をいっぱいもらっています。冬の遊
びからうまれたこども俳句をご覧ください。

「つららから あたまにぼたん びっくりだ」
「ゆきだるま まふらーあゆる あったかい？」
「ちいさいつらら おっさいつらら かやくかなあ」
「ゆきだるま みんなでつくるよ おっさいの」
「つくったよ ぜーんぶゆきで おままごと」

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
7日 (金)	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

場 所：子育て支援センター「にこぽーと」

申 込：電話でお申し込みください。

●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
25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：電話または母子手帳アプリ「紅ほっぺ」から
3月18日(火)まで

●子育て講演会「こどものこころの育ち方」

こどものこころが成長していく過程や親の関わりで
大切にしたいことを、こころの発達について詳しい公
認心理師さんと学びます。

期日	時間	対象
10日 (月)	10：00～11：00	妊娠中・子育て中の方

場 所：子育て支援センター「にこぽーと」

講 師：齊藤 順子 さん（公認心理師）

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：電話または母子手帳アプリ「紅ほっぺ」から
3月6日(木)まで

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
2/17 ★	18 ●	20 ★	21 ●
音楽療法	レク・茶話会	アップ体操	体操・茶話会
24 ★	25 ●	27 ★	28 ★
(休み)	レク・茶話会	アップ体操	体操・おにぎり会食
3/3 ★	4 ●	6 ★	7 ●
音楽療法	音楽療法	アップ体操	体操・茶話会
10 ★	11 ●	13 ★	14 ●
手芸	レク・茶話会	アップ体操	体操・茶話会
17 ★	18 ●	20 ★	21 ●
音楽療法	レク・茶話会	(休み)	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 【アップ体操・百歳体操】

春に向かって、寒さで硬くなった身体をなないろのアップ体操、にじの百歳体操で少しずつほぐしてみませんか。運動後の茶話会は、笑いが絶えない楽しい憩いの時間です。



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：3月15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
2月26日（水）
14：00～
- ❖ 開催場所
荒砥甲373-8番地
（ちよぼらの家）

「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。



◎通所型サービス C

専門職の個別相談・指導により、筋力・体力の回復向上を目指し、短期間の集中リハビリに取り組んでいます。

- 対象：65歳以上の方
- 会場：白鷹町健康福祉センター【送迎はありません】※2回の自宅訪問あり
- 利用頻度：毎週火曜日 9：30～11：30（おおむね3カ月間）
- 利用料：1回400円 ※訪問は1回500円



リハビリの先生が一人ひとりの体力に合わせてつくる**運動プログラム**で、短期間で足腰の力をつけ、**健康生活**を目指します。