

育児メール

朝夕と日中の寒暖差が大きく、子どもも大人も服装に悩む時期ですね。

寒いと感じるとつい大人は長袖を選んだり厚着をしがちですが、子どもは新陳代謝や運動量が多いので、半袖を基本にして外出の際には上着で調節するのがお勧めです。また、「子どもの手足が冷たくて裏起毛を着せています」という声をよく聞きますが、手足が冷たいのは体温調節をしているサイン！代謝の熱を逃がすために冷たいですが、お腹と背中を触ってみると温かいことも多く、時には暑くて汗をかいており体内に熱がこもってしまったり脱水になることもあります。

北風小僧はまだまだこれからやってきます！「大人が思っているよりも子どもは活動的で暑がり」を頭の片隅に、服装選びをしてみてください。

プログラムのご案内

- ・ 双子(多胎児)のつどい 1日(金) (要予約) 双子(多胎児)ならではの育児トークをしませんか。
- ・ お散歩へ行こう! 7日(木) 9:30~ (要予約)
こども園の園児と一緒に散歩に行きます。詳細については直接、またはお電話にてお問い合わせください。
- ・ ホット・スペース 7日(木) 13:30~15:00 (要予約)
お子さんの成長・発達に不安のある方、医療的ケアを必要とされている方、ちょっと相談したい方の時間です。
- ・ 親子ヨガ 11日(月) 11:00~11:30 1歳以上親子対象 (要予約6組)
こどもと一緒に、明るく穏やかなココロとカラダで毎日をよりHAPPYにしましょう。 参加費:400円
持ち物:素足で動きやすい服装、ヨガマット又はバスタオル、水分補給、汗拭きタオル
- ・ 離乳食講座 12日(火) 13:45~14:30 (要予約5組)
当園管理栄養士が担当し、実際に味わいながら離乳食についての相談を直接話せる時間です。 参加費:100円
- ・ 園長先生の子育てワンポイントアドバイス 13日(水) 11:20~ 14:30~
お子さんのことや育児での悩み等、様々なトークテーマでミニ座談会を行います。
- ・ ゆったりゆったりおしゃべり会 15日(金) 10:00~11:30 0歳~1歳半までの親子対象 (要予約5組)
絶賛2人の子どもを育児している栄養士とざっくばらんに日頃の食事や育児のことをおしゃべりしませんか?
- ・ アンティ・マミー 19日(火) 9:45~11:45 6ヶ月~1歳(歩行完了まで) (要予約)
26日(火) 9:45~11:45 1歳~3歳の誕生日まで (要予約)
子育てボランティアのアンティマミー(お母さんみたいな隣のおばさん)がセンターでお子さんをお預かりします。
- ・ おはなし会 22日(金) 9:30~10:00
松戸市読書推進委員のおはなしボランティアさんによる大型絵本や紙芝居の読み聞かせの時間です。
- ・ リラックスヨガ 22日(金) 13:45~14:30 妊婦さん、0歳親子対象 (要予約6組)
子連れok! ママの為のリラックスヨガです。身体をほぐし、リフレッシュしてみませんか? 参加費:500円
持ち物:素足で動きやすい服装、ヨガマット又はバスタオル、水分補給、汗拭きタオル
- ・ アロマハンドトリートメント 26日(火) 13:30~15:00 29日(金) 9:30~11:30
アロマの香りとタッチングの相乗効果でより深いリラックス&リフレッシュタイムを過ごせます。参加費:300円 (10分)
- ・ 橋本先生(臨床心理士)が1日センターで過ごします。 27日(水) (個別での相談希望の方は要予約)
周産期心理士として家族の心に寄り添って活躍されていました、母親の心のケアをされている先生です。

風の丘・こどもセンター

2024年 / 11月の予定表



松戸市大橋300-1 予約・お問い合わせ TEL(047)-375-8447(9:00~17:00)

●育児相談 8:30~17:00 (月~金)

●オープン・スペース開所時間 9:00~11:45 13:30~15:00 ●ランチタイム 11:45~12:30

◎色が付いている部分は予約が必要な講座です。来所時、またはお電話にてご予約ください。

	月	火	水	木	金	土
日					1	2
午前					双子のつどい 双子・多胎児親子/妊婦さん	園庭開放(雨天中止) 9時~11時
午後					オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	
日	4	5	6	7	8	9
午前	センターお休み (振替休日)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	お散歩へ行こう!	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	園庭開放(雨天中止) 9時~11時
午後		オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	ホットスペース	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	
日	11	12	13	14	15	16
午前	9:00~11:00 オープン・スペース/ 園庭開放(1歳以上) 11:00~11:30 親子ヨガ(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース/ 園庭開放(1歳以上) 園長先生の子育て ワンポイントアドバイス	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	ゆったりゆったりおしゃべり会 (0歳~1歳半までの親子)	園庭開放(雨天中止) 9時~11時
午後	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	離乳食講座 (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳) 園長先生の子育て ワンポイントアドバイス	オープン・スペース 発育測定(0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	
日	18	19	20	21	22	23
午前	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	アンティマミー (9:45~11:45) (6ヶ月~1歳3ヶ月)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース/ 園庭開放(1歳以上) 9:30~10:00 おはなし会	センターお休み (勤労感謝の日)
午後	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	ハッピー・マタニティ (妊婦さん~3か月親子)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	リラククスヨガ (妊婦さん~0歳)	
日	25	26	27	28	29	30
午前	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	アンティマミー (9:45~11:45) (歩行完了~3歳の誕生日)	オープン・スペース/ 臨床心理士来所 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース/ ハンドトリートメント 園庭開放(1歳以上)	センターお休み
午後	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース/ ハンドトリートメント (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース/ 臨床心理士来所 (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	

土曜日の園庭開放が始まります!

11月より土曜日の園庭開放を行います。

持ち物は普段同様、帽子や水分補給、着替えや靴を入れる袋をお持ちください。

雨天の場合は中止ですが小雨など、判断に迷われる場合はお電話にて問い合わせください。