

同年齢の子と遊ばせたい時、ママ友が欲しい時、不安や心配な事がある時、遊ばせ方がわからない時など、身近に相談できる場を提供しています。是非一度遊びに来てください。
詳細は下記の施設にお問い合わせください。



2月の宮古市子育て支援だより

令和6年1月24日
宮古市小山田 2-7-3
宮古市地域子育て支援センター
0193-62-0884



宮古市地域子育て支援センター「にこにこルームみやこ」

- *所在地 宮古市小山田 2丁目7-3 (小山田保育所2F)
Tel 62-0884
- *開設時間 月～金 午前9時～正午、午後1時～3時
- *利用できる方 0～6歳のお子さんとその保護者
- *駐車場 マリンコープ・ドラ駐車場 (コインランドリー裏)

すくすくランド

- *所在地 宮古市神林 3-1 Tel 63-8061
(宮古市地域創生センター [うみマチひろば] 1階)
- *開設時間 毎日 午前10時～午後6時
- *利用できる方 0歳～小学校2年生までのお子さんとその保護者
- *駐車場 宮古市地域創生センター うみマチひろば駐車場

ひよこクラブ「認定こども園宮古ひかり内」

- *所在地 宮古市西町 3丁目3-26 Tel 62-6845
- *開設時間 月～土 午前9時～午後2時
- *利用できる方 0～6歳のお子さんとその保護者
- *駐車場 認定こども園宮古ひかり駐車場

のびっこクラブ「認定こども園そけい幼稚園内」

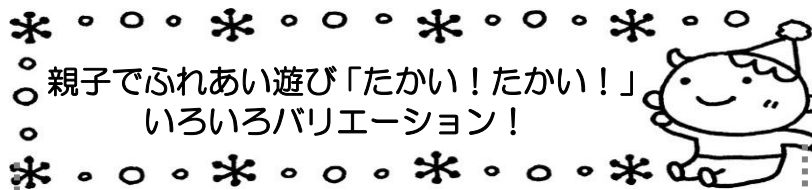
- *所在地 磯鶏沖 4-20 Tel 62-8678
- *開設時間 月、水、金 午前9時～正午、午後1時～3時
- *利用できる方 0～6歳のお子さんとその保護者
- *駐車場 認定こども園そけい幼稚園駐車場
- *その他 毎回「リズム体操」、「絵本の読み聞かせ」

宮古市ファミリーサポートセンター「ふれあいステーション・あい内」

- 子育てのお手伝いをしたい人とお願いしたい人を結ぶ会員制の子育てネットワークです。利用にあたっては、会員登録が必要です。詳細は直接お問い合わせください。
- *所在地 西町 1-2-13 Tel 64-4117
 - *受付時間 午前10時～午後6時まで
(土、日、祝日、年末年始の12月29日～1月3日を除く)

例年と比べると気温が高い日が多い今冬。それでも寒さが身に染みる季節です。2月3日は立春です。暦の上では春になりますが、暖かい日差しはもう少し先かもしれませんね。

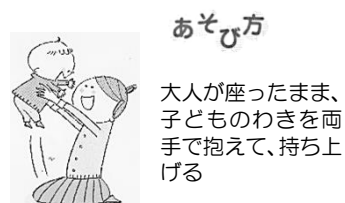
「おにはそと！ふくはうち！」子どもと一緒に元気がかけ声で、福の神を招き入れ、この一年病気をせず元気に過ごせるよう願いましょう。



親子でふれあい遊び「たかい！たかい！」 いろいろバリエーション！

首がすわり、安定したお座りができるほど上体がしっかりしてきたら、「たかい！たかい！」をしてみましょう。赤ちゃんは普段は見られない高さから世界を見ることが出来ます。いつもは見上げているパパママが自分より下にいるという状態も、赤ちゃんには発見と驚きがあるでしょうね。

① 座って



あそび方

大人が座ったまま、子どものわきを両手で抱えて、持ち上げる

② 立って



あそび方

大人が立って、「たかい！たかい！」

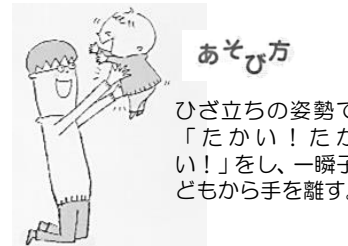
③ 飛行機のように



あそび方

大人が寝て、両足のの上に子どもを腹ばいに乗せ、ひざを伸ばして上げる。

④ ロケットのように



あそび方

ひざ立ちの姿勢で「たかい！たかい！」をし、一瞬子どもから手を離す。

☆ポイント☆

①～④は、難易度順です。赤ちゃんの様子をよく見て行いましょう。それぞれの成長に応じた高さで、また赤ちゃんの頭や体を物にぶつけてしまわないよう、安全には十分に配慮して楽しんで下さいね。

2月の図書館情報

【本館：こども映画会】

◇日にち：2月3日・10日・17日（土）

◇時間：午前11時、午後2時

【本館：おはなし会】

◇日にち：2月3日・10日・17日（土）

◇時間：午後2時30分

【田老分室：おはなし会】

◇日にち：2月17日（土）

◇時間：午前11時

【新里分室】

※今月はこども映画会・おはなし会はありません

【川井分室】

※今月はこども映画会・おはなし会はありません

【休館日】

本館・川井分室：月曜日（2月12日は開館）、2月13日（火）
2月21日（水）～2月27日（火）

田老分室・新里分室：月曜日、2月21日（水）～2月27日（火）
※2月21日（水）～2月27日（火）は図書館のシステム更新のため臨時休館します。

乾燥から肌を守ろう！ 冬のスキンケア



空気の乾燥するこの季節。肌の乾燥にも要注意です。乾燥した肌は、赤くなったりヒリヒリしたり、かゆみが出たりと、刺激を受けやすくなってしまいます。そんな症状を防ぐためには、お部屋の加湿と肌の保湿が重要です。特に冬場はこまめに保湿しましょう。



アンケートのお願い

子育て支援事業に対する、満足度やニーズを把握し、今後の事業に役立てるため、支援センター、つどいの広場を利用する方対象に、子育て支援に関するアンケートを実施いたします。ご協力よろしくお願いいたします。

*期間は1月後半～2月の予定です。