



おひさまひろば

三種町子育て支援センター
TEL 74-7760
FAX 74-7759
豊岡金田字森沢 1-2
令和 6年 5月号

5月、鯉のぼりが気持ちよさそうにそよんでいます。風によって空を泳ぐ鯉のぼりのように、子ども達ののびのびとした成長を願うこの頃です。

暖かい日が増え、戸外で過ごすことが増えてきますので、紫外線対策を行いながら、お散歩や外遊びを通して体を動かす心地よさを味わってくださいね！また、この時期は汗ばむ日もあれば急に寒くなる日もあります。衣服の調節にも気をつけ体調を崩さないように気配りしましょう。

5月の予定



紫外線だけでなく、
怪我からも頭を
守ってくれます。

ひろばに参加したい方は、
前日までに、センターに
電話で申し込んでください。

日時	場所	内容
9日(木) 9:30~11:30	子育て支援センター	「すくすく発育測定/こどもホールで遊ぼう」 発育測定をして、1階の広いホールで遊びましょう。
16日(木) 10:00~11:30	惣三郎沼公園 管理棟前	あそびのレシピ! 2th「惣三郎沼公園で遊びましょう」 能代山本の子育て仲間集まれ~!! 公園内の散策、遊具やしゃぼん玉で遊びましょう。 ※ベビーカーや抱っこ紐をお持ちください。 ◎現地集合です。※雨天時：みっしゅで遊びましょう。
23日(木) 9:45~11:30	大湯村生態系公園 観賞温室	「生態系公園・観賞温室で遊びましょう」 5月で閉館する温室や公園内を散策しましょう。 日差し対策、ベビーカーや抱っこ紐の準備をお願いします。 ◎現地集合です。車は温室側の駐車場にとめてください。 場所が不安な方は 9:00 みっしゅ 駐車場に。↑雨天決行です。
31日(金) 9:45~11:30	松庵寺 (鹿渡地区)	家庭教育講座「親子で一緒に音探しパレード♪」 講師：渡邊英心 氏(松庵寺副住職：音楽家) お天気が良ければ、境内でパレードしましょう。 *水分補給用の飲み物を持参願います。

※都合により、変更となる場合があります。



おさがり交換会の予告です!! 6月13日(木)



12日(日)は母の日

保育園 開放日のおしらせ
* 開放時間は10時~11時までです。
保育園のお友だちと楽しく交流しましょう。
申込み：保育園へ直接電話で
山本・琴丘地区は2日前
八竜地区は前日までです。

ご利用前に必ず検温をお願いします。

三種たつこの保育園 2日(木)「鯉のぼりお誕生会を楽しみましょう!」
琴丘保育園 14日(火)「琴丘保育園へいらっしゃい」
山本保育園 21日(火)「山本保育園へ ようこそ!」

♥大人も子どもも飲み物をご持参くださいね。
玄関で手指消毒願います。

能代山本地区連携「あそびのレシピ!」

今年度、能代山本地区の子育て支援センターが連携して「あそびのレシピ!」を開催しています。

3th「ふれあい遊び」(20組限定)
日時：5月25日(土) 10:00~11:30
対象：就学前のお子様とその保護者
*付き添いの小学生までのお子様も参加できます。
場所：能代ふれあいプラザ サンピノ
2階 高齢者友愛センター
※申込み：5月13日~
能代市子育て支援センターへ(52-8115)

☆三種町支援センター職員も参加します。
能代山本の子育て仲間と交流しませんか?

子育て一ロアドバイス 「砂糖なし育児」について

遺伝子や腸内細菌などの研究が進み、食べものが体に与える影響が科学的に理解されるようになってきました。

小さい子どもが精製された砂糖を摂り過ぎた場合、血糖値の乱高下により血管や神経系、脳を傷つけるおそれがあるなど、影響が大きいことがわかっています。そこで、精製された糖類にかえ、でんぷん、ペクチン、寒天などの多糖類を使った「砂糖なし育児」が気分の安定や、バランスの良い健康な体づくりに効果があると、注目を浴びています。

○砂糖の強い甘みに慣れる前に、多糖類の甘さで満足できるように工夫してみましょう。
(玉ねぎ、芋類、甘酒、米など)
~「クーヨン」より~

子育て支援センターに、月刊「クーヨン」が備えてありますのでご覧ください。

独りで悩んでいませんか?

子育てに対する不安など、独りで悩まないで
どんなことでもお気軽にご相談ください。

* 電話相談：月曜~金曜日 8:30~16:30

三種町子育て支援センター
☎0185-74-7760

