

ひろば☆ぽっかぽか

ひろば・ぽっかぽかでの様子、特別行事などの活動報告、情報提供のコーナーです。

皆さんにお知らせしたい情報も、どんどん掲載していく予定です。

出張ひろばもよろしくね

出張ひろば・ぽっかぽかプラスは毎週木曜日10時から15時まで。

(アリオ倉敷東入口向かい、寿不動産裏の住宅です)

警報発令時のひろばについて

ひろば・ぽっかぽかでは利用者の皆さんの安全を第一に考え、午前9時時点で倉敷地域に何らかの気象警報が出ている場合には、ひろばはお休みとさせていただきます。出張ひろば・ぽっかぽかプラスについても同様とさせていただきます。悪天候の時には、気象情報をご確認いただけたらと思います。

ももっこカードを交付しています！

みやま子育て家庭応援カード「ももっこカード」とは、妊娠中の方や小学校6年生までの子どもをもつ家庭を対象にカードを交付し、そのカードを協賛店等に提示することにより、協賛店独自の子育て支援サービスの提供が受けられる岡山県のシステムです。交付申請書にご記入いただいてからカードをお渡します。ももっこカードをお持ちでない方は、お気軽にスタッフまでお声掛け下さいね。

託児サービス実施中♪

対象は、ひろばの利用者(平成26年度ひろば保険料支払済の方)で、生後6か月以上の健康な乳幼児です。

利用時間：月～金曜日 9時から16時までの間で、1日最大4時間まで。

利用料金：1時間300円。(延長料金は、30分毎300円)・・・予約時前払

電話での予約受付はしておりません。ただし、空き状況の確認は電話でもOKです。

ひろば開所時間内に直接来所の上ご予約下さい。1か月前から予約受付しています。

詳しくは、託児サービスチラシをご覧くださいか、スタッフまで気軽にお尋ね下さい。

1日最大3名までとさせていただきます。希望日が確定している場合、どうしても利用したい！という日の場合には、早めのご予約をお勧めします。

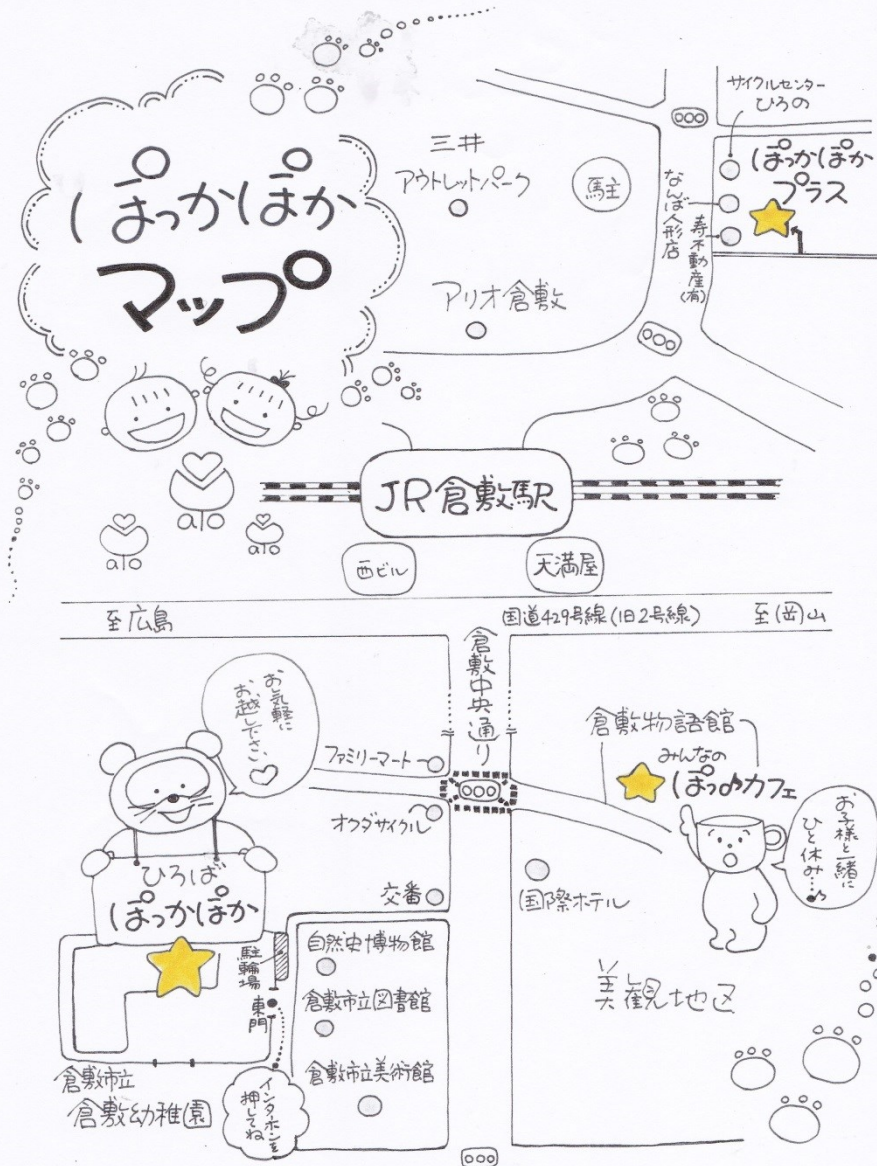
ご近所のお友達を作るチャンス！親子クラブがあるよ

健やかに子育てができるよう、就園前の子どもとその保護者が、公民館や公園を利用して座談会や季節ごとの活動(運動会、七夕、水遊び、クリスマス会など)、地域の人との交流などを行っています。また子育て中の友達づくりもできます。親子クラブはおおむね小学校区ごとに活動しています。

○問い合わせ先○ 市保健所倉敷保健推進室 (086)434-9822

妊婦さんご注意を！伝染性紅斑(りんご病)

頬が赤くなる病気、伝染性紅斑。頬が赤くなった時点で感染力はあまりありませんが、赤くなる前が非常に感染力が強い病気で、知らず知らずのうちに感染してしまう危険があります。あまり知られていませんが、**妊婦さんが感染すると、胎児水腫、流産、死産の影響があります。**予防接種はありませんが、一度かかっていたら抗体ができます。ひろばを利用する妊婦さん、または妊娠を望まれている人は、抗体があるか検査をしていただくことをお勧めします。抗体がない方は、マスクの着用、手洗い・うがいでしっかり予防しましょうね！



ぽっかぽか通信



平成26年度が始まりますよ～！倉敷幼稚園の桜のつぼみが始め、お花見をするのが今から楽しみでたまりません！新年度の登録、ひろば保険料のお支払いをよろしくお祈りいたします。

4月の予定

月 10時～15時	火 10時～15時	水 10時～15時	木 10時～15時	金 10時～15時
	1	2	3	4
7	8	9	10	11
14	15	16	17	18
21	22	23	24	25
28	29	30		

毎週(月) 10時から12時まで 赤ちゃんタイム

第1子が0歳の親子さんが集まる時間です。皆でゆっくりお話ししましょう♪妊婦さんの参加も大歓迎です！

毎週(水) 10時から11時30分まで 0+1(ゼロいち)タイム

赤ちゃんタイムを卒業した親子さん、現役赤ちゃんタイム利用の親子さんの時間です。皆で輪になってワイワイおしゃべりしましょう♪会うたびに大きくなっていく子ども達の成長が楽しみ！お弁当を皆で食べることで、さらに色々な話ができていようですよ。

毎週(火) 10時30分から12時まで 京生子おばちゃんのきれい字ママ講座

初回1,000円 2回目以降700円(月2回受講可能な方)
子どもの成長と共に人前で字を書くことが増えていきます。来所時間を使って、目指せ！きれい字ママ！！

♥ 11時30分から13時まででは、お昼ごはんの時間です！机と椅子を皆で準備して、ワイワイ食べましょう♪

♥ 乳幼児クラブinぽっかぽか の春期参加希望者募集中です！詳しくはひろば内に掲示しているチラシをご覧くださいね！

4月18日(金) 10時から11時30分まで はじめまして♡の会

ひろばを初めて利用する親子さん、1回は来たけれど、2回目なかなか行きづらい...という親子さん、ぜひご利用下さい！ひろば初心者同士、楽しく交流しましょう。

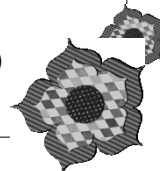
毎週(月) 10時から12時まで 公園タイム in 中央2丁目公園

外遊びがしやすい季節となりましたので、公園タイムを毎週月曜日に行います！4月も中央2丁目公園でスタッフが待っています♪遊ぶ前と遊んだ後にはゴミ拾いをして、皆が気持ちよく使えるよう心掛けたいですね。

4月7日(月) 10時から12時まで きくちゃんの何でも相談タイム

助産師や看護師など、さまざまな経験をもつきくちゃん。日頃の悩みをぜひ相談してみてくださいね。大人気の時間なので、先着順でお願いします。どうしても聞きたいことがある場合は早めに来て下さいね♪

第62号 平成26年3月20日発行
ひろば・ぽっかぽか
(倉敷市中央2丁目7-1 倉敷幼稚園2階)
TEL & FAX (086)427-5550



新年度の更新手続きをお願いします♪

平成26年度が始まりましたので、継続利用の利用者さんは年度初回来所時に、来所受付票の記入とひろば保険料1家族500円のお支払いをお願いします。

利用者番号の更新も行いますので、利用者証も忘れずにお持ち下さいね！

お手数かけますが、ご協力をどうぞよろしくお願い致します。

子育てコラム～眠りが育てる子どもの力

さて、今月からは睡眠リズムの確立にとって必要な環境のお話です。個人差はありますが、生後3～4ヶ月を過ぎる頃から昼夜のリズムがはっきりしはじめます。また、生後半のうちには、24時間周期のパターンがハッキリしてきます。この時、夜に目覚めたからといって、部屋を明るくしたり、お昼寝しているからといって、部屋を暗くしたりすると、身体のリズムの規則性が失われ、脳・神経系や身体の発達が遅れる可能性も知られています。「夜は暗く、昼間は明るく」が基本です。

夜は寝る1時間前から照明を落としましょう。豆球1つ点けるぐらいがせいぜいで、寝てからは真っ暗にしてもかまいません。赤ちゃんやこどもが寝ている同じ部屋でのテレビやパソコンの使用も避けましょう。

睡眠改善インストラクター 原 陽子さん

子育てコラム

