



苅北町社会福祉協議会
苅北町子育て支援センター
熊本県天草郡苅北町志岐32番地3
TEL (0969)31-1365
FAX (0969)31-1365

開設日 月～金の毎日（祝日を除く）
※月1回土曜日開所

開設時間 午前9時30分～午後3時
場所 苅北町新ふれあい館

* お悩みやご相談があるときは、
お気軽にお電話もしくはご来館ください

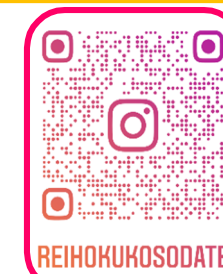
対象 子育て中の保護者と子ども
子育て中のママのみ
マタニティママ・パパ
利用料 無料

サポート利用 1時間100円
（一時預かり）
※町内居住者のみ利用可
30分延長ごとに50円追加



ID:574vnugv

公式LINEとInstagram
の友だち追加・フォローを
お願いします♪



11月の行事予定

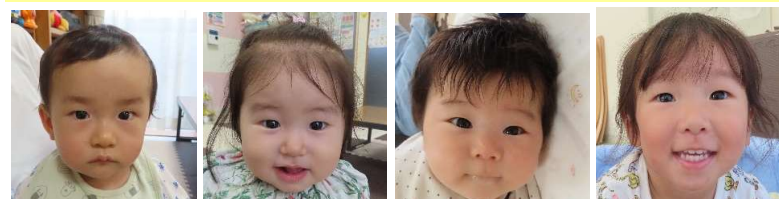
11日（火） 美容講座 10:30～12:00
14日（金） クッキング 10:15～
18日（火） ハンドメイド 9:30～12:00
（来られた順に始めます）
20日（木） 骨盤底筋トレーニング 13:00～14:00
27日（木） 助産師さん講話 10:30～11:30

11月の土曜開所日は **29日（通常開所）** です☆

【要予約】※11月4日（火）9:00～予約開始します！

※公式LINE・Instagram・電話で申込みできます！
※予約が必要なものは先着10組程度、または参加可能
人数に達した時点で締め切らせていただきます。

☆ハンドメイド 5日（水）まで
☆美容講座 10日（月）まで
☆クッキング 10日（月）まで
（材料費：大人1名300円・子ども1名100円）
☆骨盤底筋トレーニング 19日（水）まで
☆助産師さん講話 26日（水）まで
その他の開所日は予約不要で利用できます。



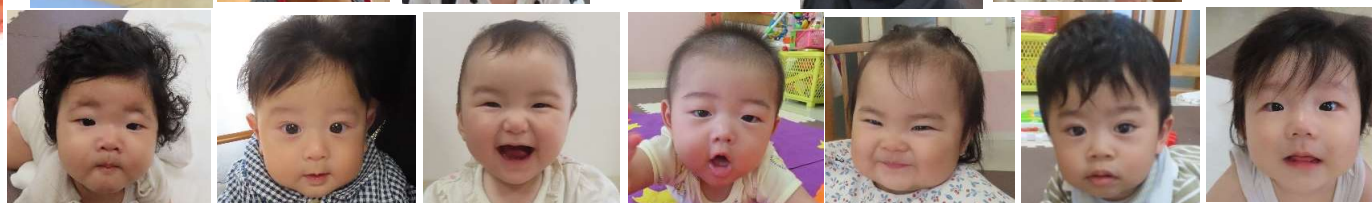
／えほんのしょうかい／



どん！どん！どこ！どん！
どんぐりどん！
どんぐりたちが太鼓をたた
いていると、次々に動物たち
が集まり、太鼓の演奏が始ま
ります。
楽しいリズムに合わせてよ
みかかせできる絵本です。

作：ジェリー・マーティン 出版社 鈴木出版
絵：長澤 星 価格 ￥1,430(税込)

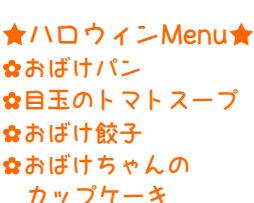
／ は じ め ま し て ／



／助産師さん講話／

／はじめましての会／

／クッキング／



／骨盤底筋トレーニング／



育児情報

発達に合わせた遊び方（身体の使い方）

★0～3ヵ月くらい・・・自分の意思で姿勢を変える
ことが難しい時期です。スキンシップをとったり、た
くさん声をかけたり、安心できる関わりの中で姿勢を
変えて過ごす時間を作りましょう。
例：おててをぎゅっ（赤ちゃんの手のひらを指で触っ
てぎゅっと握ってもらう）、こちょこちょ遊び、
抱っこでゆらゆら など

★4～6ヶ月くらい・・・寝転んで自由に動き回れる
時間をつくり、積極的に動こうとする気持ちを大切に
していきましょう。
例：ハンカチゆらゆら優しくひっぱりっこ（赤ちゃん
が手を伸ばしてハンカチをつかんだら、優しく
引っ張り合う）、鏡あそび、ボールころころ など

★7～9ヶ月くらい・・・うつ伏せや座った姿勢へと
自在に姿勢を変え、ハイハイでの移動を楽しむことが、
のちのしっかりとした歩行へとつながります。
例：バスごっこ（膝に乗せて左右に身体をゆらす）、
ひこうきぶんぶん（大人が仰向けに寝転がり、
すねの上に赤ちゃんの体を乗せて前後左右に
揺らす）、積み木くずし など

★10～12ヶ月くらい・・・ハイハイを引き出す環
境や立った姿勢を保つ遊びをして、安定した歩行を支
えるためのバランスや筋力を促しましょう。
例：まてまてハイハイ鬼ごっこ、段差を上り下り、
おひざのすべり台、トンネルくぐり（段ボールの
左右の口を開けてトンネルをつくる） など

赤ちゃんは「どう身体を使おうか」ではなく、「見
たい」「触りたい」「つかみたい」など、自身の欲求
を満たして発達していきます。
一人ひとり赤ちゃんに合ったペースで、楽しく身体
を動かすことが意欲や自信につながります。

／子育て講座／
～ほめ上手になって
のびのび子育て～

