



# ぽかぽか通信



1月は平成31年で始まりますが、5月には新しい元号に変わります。

さてさて、どんな一年になるのでしょうか。子どもたちにとって明るい希望の年になりますように。ぽかぽかタウンでは今年も楽しい企画をいっぱい用意します。ぽかぽか通信やサイト・アプリで検索して、ぜひ参加してくださいね！職員一同、笑顔でお待ちしています。



★★★発行★★★  
草津市子育て相談センター  
電話：077-561-2339  
H30.12.21 発行

## 1月の予定

開設日 月～金（祝日、年末年始12/29～1/3のぞく）

開設時間 9：00～16：00

開設場所 さわやか保健センター

行事名	日時	場所	対象	参加方法	内容
みんなであそぼう 「みんなで うたおう」	1/15（火） 10:00～10:30	ぽかぽかタウン内 きらきら ルーム	未就園児と その家族	当日参加OK	みんなで一緒に楽しい手遊び 歌で遊みましょう。お家でも 楽しめる歌がいっぱいです。
妊婦教室⑥ 「妊婦ヨガ&講話」	1/21（月） 10:00～11:30	市役所2階 特大会議室	妊婦と その家族	当日参加OK	妊娠により変化する身体、無 理な姿勢で過ごしていません か。分娩時に楽にとれる姿勢 や呼吸法を学びます。参加者 同士楽しく交流しましょう。
赤ちゃんの駅 「子ども栄養 相談会」	1/22（火） 10:00～12:00	ぽかぽかタウン内 ひだまり	未就園児と その家族	当日先着 4組	離乳食の進め方や、おやつな ど、お子さんの食生活につい て栄養士に相談できます。

ぽかぽかタウンでは、子育ての相談も受けています。  
食事、成長、言葉、子育てサービス、なんでも御相談ください。  
ぽかぽかの職員が対応したり、市役所の各担当を紹介したり、一緒に  
考えさせていただきます。お気軽に声かけください。



### 「草津市子育て応援サイト&アプリ～ぽかぽかタウン～」で情報発信中♡

サイトURL

<http://kusatsu-kosodate.jp>

アプリのダウンロード

iPhone版  
(AppStore)

Android版  
(GooglePlay)



#### ☆サイト&アプリ使いになしガイド☆

申込みが必要なイベントをきれなくチェックしたいけれど、いつ  
もサイトを調べるのは大変…という場合は、お出かけ情報→もっと  
見る→「絞り込み検索」から、「申し込みが必要なイベント」に  
チェックをして検索すると、一覧で見ることが  
できます。それでもよく分からない…  
という時は、お気軽に聞いてください。  
担当が分かりやすくお伝えします♪



#### ★さわやか保健センターのエレベーター点検日のお知らせ★

**1/21(月)10:00～12:00**

点検中は、エレベーターがご利用いただけません。ベビーカーでお越しの方はご注意ください。

★手助けが必要な方は、受付や近くの職員にお声かけください。



## みんなであそぼう



1月は、みんなで歌って遊ぼうと思います。手遊びあり、ペープサートあり、動いて遊んだり…♪  
たくさん楽しいことを用意しています。知っている歌があるかな？みんなで一緒に歌えるといいですね。

①りすさんが マスクした  
ちいさい ちいさい ちいさい ちいさい  
マスクした コンコンコンコン クシャン

②つるさんが マスクした  
ほそい ほそい ほそい ほそい  
マスクした コンコンコンコン クシャン

③ぶうちゃんが マスクした  
まるい まるい まるい まるい  
マスクした コンコンコンコン クシャン

④かばさんが マスクした  
おおきい おおきい おおきい おおきい  
マスクした コンコンコンコン クシャン

⑤そうさんが マスクした  
ながい ながい ながい ながい  
マスクした コンコンコンコン クシャン



## 1/21(月)妊婦教室「妊婦ヨガ&講話」申し込みの案内

【サイト受付】 12/20(木)正午～1/14(月)に <http://kusatsu-kosodate.jp/> の

「おでかけ情報」→「絞り込み検索」から、「妊婦ヨガ」で検索して申し込み。

※迷惑メールの受信設定をされている方は、[info@kusatsu-kosodate.jp](mailto:info@kusatsu-kosodate.jp) を指定受信してください。

※詳細は、サイトトピックスをご覧ください。

【電話受付】 12/20(木)～1/11(金)の平日

9:00～16:00 の間に、子育て相談センター(077)561-2339 へ。



## ダンボールトラック 活躍しています

きらきらルームにあるダンボール製のトラックが人気です。  
お友だちを乗せて引っ張ったり、お家の人に引っ張ってもらったり…またまた、おもちゃをいっぱい載せて引っ張ったり…

子どもたちは重いものを引っ張るのが大好き。握る力、足で踏ん張る力、前に踏み出す力、たくさんの力がつく遊びです。

遊んだ後は、トラックの駐車場へ停めてあげてください。お片付けもお家のひとと一緒にできるといいですね。



## 栄養相談しています

「この頃、ごはんを食べないんです」  
「離乳食を吐き出してしまってます」  
「遊び食べをするのですが、どの位で切り上げたらいいですか」

「丸のみしてしまい噛まないんです」  
「飲み込みず、水分だけ吸って残りを吐き出してしまいます」

などなど、お母さんにとっては子どもの毎日の食事内容、食べる量、食べさせ方、味付けなど、悩みは尽きないと思います。

ほかほかタウンでは  
月1回、栄養士さんを  
招いて御相談を受けて  
います。

1月は、22日(火)  
午前10時～正午まで  
行います。

お気軽に相談ください。



## 節分の豆まき

病気や災難を避けるために、豆をまいて  
みんなの健康や幸せを願います。

季節の行事をお子さんにも経験してほしい  
ですね。しかし、小さい子に豆を与えると口に入れてしまい、喉  
に詰まって水分で豆がふくらみ、窒息の恐れがあります。

そんな時は新聞紙をビリビリ破いて丸め、豆の代用品にして投げ  
合うのも楽しいかもしれませんね。オニも交代してオニごっ  
こみたいにしてはいかがですか。今年も皆さんに幸せがたくさん  
訪れますように。

