

夏の暑さも和らぎ、秋の匂いや気持ち良い風が感じられるようになりました。
寒暖差もでてくる時期ですが、体調に気を付けて秋をたのしみたいですね。

ひまわり

しえんせんたー通信の更新情報やイベント情報を配信します♪



『お知らせメール@あばしり』
QRコード読み取り
→空メールを送信



『網走市公式LINE』
QRコード読み取り
→お友達に追加
→基本情報アンケート
→受け取りたい情報
「妊娠・子育て」にチェック



年間行事予定表
※支援センター年間の行事予定を
ご覧いただけるようになりました！

	日	月	火	水	木	金	土
	午前	1日 支援開放	2日 公園へ行こう (駒場北4丁目公園)	3日 遊びの広場(ぴよぴよ)	4日 遊びの広場(ばぶちゃん)	5日 遊びの広場(きらきら)	6日 支援開放
	午後	支援開放	支援開放※14:00～16:00	サークル“ちゃちゃまる”	初めてさんの日	支援開放	支援開放
7日	午前	8日 栄養相談 支援開放	9日 遊びの広場(きらきら)	10日 遊びの広場(ぴよぴよ)	11日 遊びの広場(ばぶちゃん)	12日 遊びの広場(きらきら)	13日 支援開放
	午後	支援開放	支援開放	サークル “どらごん”	支援開放	支援開放	支援開放
14日	午前	15日 敬老の日	16日 遊びの広場(きらきら)	17日 遊びの広場(ぴよぴよ)	18日 遊びの広場(ばぶちゃん)	19日 児童館で遊ぼう ※ランチタイムはお休みです	20日 支援開放
	午後		支援開放	サークル“ちゃちゃまる”	ベビーマッサージ	支援開放	支援開放
21日	午前	22日 支援開放	23日 秋分の日	24日 遊びの広場(ぴよぴよ)	25日 遊びの広場(ばぶちゃん)	26日 遊びの広場(きらきら)	27日 支援開放
	午後	支援開放		サークル“どらごん”	支援開放	支援開放	支援開放
28日	午前	29日 支援開放	30日 遊びの広場(きらきら)	今年度から、「公園へ行こう」後の支援開放は14:00からとなります。 お間違えのないようにお気をつけください。 ご理解・ご協力をお願いします。			
	午後	支援開放	支援開放				

★遊びの広 場：きらきら(2才以上)／10:00～11:30 ・ぴよぴよ(1才)／10:00～11:30 ・ばぶちゃん(0才)／10:00～11:30
★支 援 開 放：午前／9:30～11:30 ・午後／12:30～16:00 ★ランチタイム／11:30～12:30(月曜～金曜)

どんぐり

	日	月	火	水	木	金	土
	午前	1日 遊びの広場(すくすく)	2日 遊びの広場(よちよち)	3日 支援開放	4日 遊びの広場(すくすく)	5日 遊びの広場(よちよち)	6日 支援開放
	午後	支援開放	遊びの広場(はいはい)	支援開放	支援開放	遊びの広場(はいはい) ベビーマッサージ	支援開放
7日	午前	8日 遊びの広場(すくすく)	9日 赤ちゃんふれあい体験教室 遊びの広場(はいはい)	10日 支援開放	11日 読み聞かせ 遊びの広場(すくすく)	12日 遊びの広場(よちよち)	13日 支援開放
	午後	支援開放	遊びの広場(よちよち)	支援開放	支援開放	遊びの広場(はいはい) おっぱい相談	支援開放
14日	午前	15日 敬老の日	16日 赤ちゃんふれあい体験教室 遊びの広場(はいはい)	17日 姿勢検査 支援開放	18日 遊びの広場(すくすく)	19日 遊びの広場(よちよち)	20日 支援開放
	午後		遊びの広場(よちよち)	支援開放	支援開放	遊びの広場(はいはい)	支援開放
21日	午前	22日 遊びの広場(すくすく)	23日 秋分の日	24日 赤ちゃんふれあい体験教室 遊びの広場(はいはい)	25日 リフレッシュ講座(革製品) *遊びの広場“すくすく”と ランチタイムはお休みです ※14:00～16:00	26日 赤ちゃんふれあい体験教室 遊びの広場(はいはい)	27日 支援開放
	午後	支援開放		支援開放	支援開放	遊びの広場(よちよち)	支援開放
28日	午前	29日 遊びの広場(すくすく)	30日 赤ちゃんふれあい体験教室 遊びの広場(はいはい)	今年度から、リフレッシュ講座・ミニ講演会後の支援開放は 14:00 からとなります。お間違えのないようにお気をつけください。 ご理解・ご協力をお願いします。			
	午後	支援開放	遊びの広場(よちよち)				

★遊びの広 場：すくすく(2才以上)／10:00～11:30 ・よちよち(1才)／10:00～11:30 ・はいはい(0才)／13:30～15:00
★支 援 開 放：午前／9:30～11:30 ・午後／12:30～16:00 ★ランチタイム／11:30～12:30(月曜～土曜)



【赤ちゃんふれあい体験教室】

～赤ちゃんって かわいい！～

網走市では、若い世代に命の尊さや子育てについて学んでもらうため、市内の中学校3年生を対象に「赤ちゃんふれあい体験教室」を開催します。支援センター「どんぐり」の遊びの広場の中で赤ちゃんと保護者の方に参加して頂いて中学生との交流を行います！

対象：生後2か月～1歳2か月までの赤ちゃんと保護者
参加された方には、毎回粗品のプレゼントもあります。

- 【日程】
【支援センター「どんぐり」・遊びの広場「はいはい」10:00～11:30】
- ・10月 1日(水) 第三中学校
 - ・10月10日(金) 第一中学校
 - ・10月14日(火) 第四中学校
 - ・10月15日(水) 第二中学校
 - ・10月28日(火) 第五中学校



上記日程は支援センター「どんぐり」の遊びの広場「よちよち」と「はいはい」の時間帯が変更になり、ランチタイムもお休みとなります。
*「よちよち」〈変更前〉10:00～11:30→〈変更後〉13:30～15:00
*「はいはい」〈変更前〉13:30～15:00→〈変更後〉10:00～11:30

- 【申込期間】9月2日(火)～前日まで
- * 参加人数把握のため申込制となっています。参加のご協力を頂ける方は上記の中から希望日を選んで保健センターへご連絡ください。
 - また、「どんぐり」「ひまわり」の中での申し込みも可能です。
 - * 定員や参加日数の制限はありません。皆さんのご参加をお待ちしています。

【リフレッシュ講座(革製品)】

今回は革を使って小さな靴を作ります♪
自分好みの可愛い靴を作ってみませんか？



- 日 時 9月25日(木) 10:00～11:30
(*9:45～9:55までにお越しください)
場 所 支援センター「どんぐり」
講 師 笹倉 いる美氏(北方民族博物館・学芸主幹)
定 員 10名
参加料 500円
持ち物 飲み物

- ★参加希望の方は9月5日(金)10:00より支援センター「どんぐり」「ひまわり」で参加費を添えて申し込みください。(電話での申し込みはご遠慮ください)
- ★お子さんは、職員とボランティアさんがお世話しますので、ゆつくりとリフレッシュ講座に参加出来ます。
- ★託児をされる方は、お子さんの飲み物・着替え・オムツセットをお持ちください。
- *この日の支援センター「どんぐり」はランチタイムまでお休みとなります。
- *講座の申し込みは網走市内の方のみとなります。

10月の行事

*支援センター「どんぐり」

- 3日(金) ベビーマッサージ
- 9日(木) 避難訓練
- 17日(金) おっぱい相談
- 29日(水) リフレッシュ講座(ステップ)

*支援センター「ひまわり」

- 2日(木) 初めてさんの日
- 7日(火) 公園へ行こう(呼人スポトレ)
- 14日(火) 読み聞かせ
- 16日(木) 午前:歯の何でも相談(歯のはなし)
- 午後:ベビーマッサージ
- 17日(金) 児童館で遊ぼう(いせの里児童センター)

*「どんぐり」「ひまわり」合同

- ～ハロウィン～
- 23日(木) 午前【1・2歳児以上の混合】
- 午後【0歳児】
- 24日(金) 午前【1・2歳児以上の混合】

* 詳細は10月号の通信でお知らせします *



今後の予定

- 11/ 5(水)歯のなんでも相談
- 21(金)ミニ講演会(栄養)
- 12/10・11(水・木)クリスマス会
- 16(火)リフレッシュ講座(アイシングクッキー)
- 1/27(火)ミニ講演会(保育士)



研修センター駐車場が利用できない日

毎週火曜日の午後は利用できません。



【公園へ行こう ～親子で歩こう！～】

- 日 時 9月2日(火) 10:00～11:30 ※雨天中止
場 所 駒場北4丁目公園 (集合場所:研修センター駐車場)
持ち物 飲み物
※車は研修センター駐車場に停めてください。職員が駐車場で待っています。
一緒に駒場北4丁目公園まで歩いて行きましょう♪
※10:10を目処に出発します。それ以降に駐車場にお着きの方は駒場北4丁目公園まで歩いてきてくださいね。
* 支援センター「ひまわり」の午前とランチタイムはお休みとなります。
また、午後の支援開放は14:00からとなります。
* 中止の場合は『お知らせメール@あばしり』でお知らせします。
その際は、現地に職員は行きません。支援センターひまわりで遊びの広場“きらきら”を行います。



【初めてさんの日】

- 支援センター「ひまわり」・・・9月4日(木)13:30～15:00
〈対象〉初めて子育て支援センターを利用する方、2・3回目の方
* 事前の申し込みはありません。
* 初めて来館するきっかけに、お気軽にお越しください。
* ひまわりは毎月1回、どんぐりは11月・2月に行います。



【栄養相談】

- 日 時 9月8日(月)10:00～11:30
場 所 支援センター「ひまわり」
* 市立保育園栄養士・江野麻衣氏に、食事・離乳食や栄養について何でも相談することができます。事前の申し込みはありません。
希望される方は、当日職員にお知らせください。



【読み聞かせ】

- 日 時 9月11日(木)11:15～11:30
場 所 支援センター「どんぐり」
* 今月はボランティアの篠田氏に読み聞かせさせていただきます。



【おっぱい相談】

- 日 時 9月12日(金)13:30～15:00
場 所 支援センター「どんぐり」
* 毎月1回、遊びの広場「はいはい」の時間に行っています。



【姿勢検査】

- 日 時 9月17日(水)10:00～11:30
場 所 支援センター「どんぐり」 定員6名(先着順)
* カイロプラクター・渡辺秀二郎先生に体の歪みを診て頂きます。
* 事前の申し込みはありません。希望される方は当日職員にお知らせください。



【妊婦さん見学会】

- 日 時 9月18日(木)10:30～11:30
場 所 支援センター「ひまわり」
* 子育て世代包括支援センター「ユカリエ」の保健師・保育士が来館します。



【ベビーマッサージ】

- 支援センター「どんぐり」・・・9月 5日(金) 14:00～
支援センター「ひまわり」・・・9月18日(木) 13:30～15:00
〈持ち物〉バスタオル・防水シート・ベビーオイル
* 事前の申し込みはありません。お気軽にご参加ください。
* 今月の支援センター「ひまわり」はフォト撮影をします。



【児童館で遊ぼう】

- 日 時 9月19日(金) 10:00～11:30
場 所 潮見児童センター(現地集合・現地解散)
* 体を使った遊びや体操、リズム遊びなどをして遊びます。
* 支援センター「ひまわり」はランチタイムまでお休みとなります。



詳細は、支援センターHP または
支援センター内ポスターをご覧ください。

保育園開放日

ひまわり保育園・・・9月17日(水) 10:00～11:00

- * 保育園の様子を見にいきませんか。
- * 事前の申し込みは必要ありません。10:00に直接保育園へ来園してください。終了時間は11:00です。
- ～当日の活動など、詳しくは支援センター内ポスターをご覧ください～