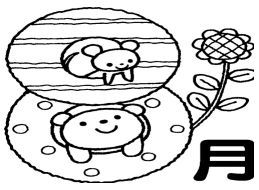
2026



月 しえんせんたー通信

・子育て支援センター「ひまわり」網走市駒場北４丁目２－18　TEL(0152)61－1700　FAX(0152)61－1701
・子育て支援センター「どんぐり」網走市北10条西３丁目９　TEL･FAX(0152)44－8700

日差しがまぶしい季節となりました。子育て支援センターでも夏ならではの遊びを楽しみたいと思います。体調管理に気を付けて遊びに来てくださいね！！

♪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！

ひまわり

「公園へ行こう」と「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付けください。ご理解・ご協力をお願いします。

	日	月	火	水	木	金	土
	午前						1日 支援開放
	午後						支援開放
2日	午前	3日 支援開放	4日 公園へ行こう(水遊び) ＊ランチタイムはお休みです	5日 遊びの広場(ぴよぴよ)	6日 遊びの広場(ばぶちゃん)	7日 遊びの広場(きらきら)	8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
9日	午前	10日 支援開放	11日 山の日	12日 遊びの広場(ぴよぴよ)	13日 遊びの広場(ばぶちゃん)	14日 遊びの広場(きらきら)	15日 支援開放
	午後	支援開放		サークル“にょろっち”	新サークル	支援開放	支援開放
16日	午前	17日 支援開放	18日 読み聞かせ 遊びの広場(きらきら)	19日 製作日 遊びの広場(ぴよぴよ)	20日 製作日 遊びの広場(ばぶちゃん)	21日 製作日 遊びの広場(きらきら)	22日 双子の会
	午後	支援開放	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
23日	午前	24日 支援開放	25日 お休み ＊「どんぐり」でミニ講演会を行うためお休みです。	26日 遊びの広場(ぴよぴよ)	27日 遊びの広場(ばぶちゃん)	28日 児童館で遊ぼう ＊ランチタイムはお休みです	29日 支援開放
	午後	支援開放	支援開放※14:00～16:00	サークル“にょろっち”	新サークル	支援開放	支援開放
30日	午前	31日 支援開放					
	午後	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 支援開放 ＊しゃぼんだま遊び
	午後						支援開放
2日	午前	3日 遊びの広場(すくすく)	4日 遊びの広場(よちよち)	5日 支援開放	6日 遊びの広場(すくすく)	7日 遊びの広場(よちよち)	8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
9日	午前	10日 遊びの広場(すくすく) ＊キットパス遊び	11日 山の日	12日 支援開放 ＊キットパス遊び	13日 遊びの広場(すくすく) ＊キットパス遊び	14日 遊びの広場(よちよち) ＊キットパス遊び	15日 支援開放 ＊キットパス遊び
	午後	支援開放		支援開放	支援開放	遊びの広場(はいはい)	支援開放
16日	午前	17日 製作日 遊びの広場(すくすく)	18日 製作日 遊びの広場(よちよち)	19日 支援開放	20日 遊びの広場(すくすく)	21日 遊びの広場(よちよち)	22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) おっぱい相談	支援開放
23日	午前	24日 遊びの広場(すくすく)	25日 ミニ講演会(無添加と米粉) ＊遊びの広場“よちよち”とランチタイムはお休みです	26日 支援開放	27日 遊びの広場(すくすく)	28日 遊びの広場(よちよち)	29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)	支援開放
30日	午前	31日 遊びの広場(すくすく)					
		初めてさんの日					

★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）

公園へ行こう！

女満別運動公園で水遊び

日　時　8月4日(火) 10:00～11:30　＊雨天中止
場　所　女満別運動公園（大空町女満別中央351番地の1）
【現地集合･現地解散となっています】
持ち物　水遊びに必要なもの ・ 帽子 ・ 敷物 ・ 飲み物
＊申し込みや定員はありません。
＊親子ともに帽子をかぶり、こまめに水分補給をするなど、各自で熱中症に注意しましょう！
＊この日の支援センター「ひまわり」はランチタイムまでお休みとなります。
＊水遊びが中止の場合は、『お知らせメール@あばしり』でお知らせします。その際は、現地に職員はいきません。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。

【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校との交流を行います！ご協力頂ける方を募集しています。

対象：生後2か月～1歳2か月までの赤ちゃんと保護者の方
　　参加された方には、毎回おもちゃなど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”10:15～11:30】
・9月15日(火) 第二中学校
・9月25日(金) 第三中学校
・9月29日(火) 第四中学校
・9月30日(水) 第一中学校

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〉10:15～11:30

【申込期間】8月3日(月)～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。
＊定員や参加回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。

9月の行事

＊支援センター「どんぐり」
4日(金) おっぱい相談
9日(水) 姿勢検査
10日(木) 読み聞かせ
11日(金) ベビーマッサージ
18日(金) リフレッシュ講座（親子リトミック）

＊支援センター「ひまわり」
1日(火) 公園へ行こう（駒場北４丁目公園）
7日(月) 栄養相談
17日(木) 初めてさんの日
24日(木) ベビーマッサージ
25日(金) 児童館で遊ぼう（潮見児童センター）

＊詳細は９月の通信でお知らせします＊

8月の製作
敬老の日のプレゼントを作ります。製作日は、表面の予定表をご覧ください。

～今後の予定～
10/21･22･23(水･木･金)ハロウィン
10/26(月)歯磨き指導
10/28(水)リフレッシュ講座(木のおもちゃ)
11/12(木)歯の何でも相談(歯のはなし)
11/26(木)ミニ講演会(防災)
12/4(金)リフレッシュ講座(クッキーハウス)
12/9･10･11(水･木･金) クリスマス会

研修センター駐車場が利用できない日
8月6日(木)全日と
毎週火曜日の午後は利用できません。
住民センター駐車場が利用できない日
毎週月曜日の全日利用できません。

【初めてさんの日】

支援センター「ひまわり」･･･8月 6日(木)13:30～15:00
支援センター「どんぐり」･･･8月31日(月)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 回目までの方
＊事前の申し込みは必要ありません。
＊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５月･8 月･11月･2月に行います。

【ベビーマッサージ】

支援センター「どんぐり」･･･8月7日(金) 14:00～
＊遊びの広場「はいはい」の時間内に行っています
支援センター「ひまわり」･･･8月20日(木) 13:30～15:00
＊今月はおもちゃ作りをします
＜持ち物＞ バスタオル･防水シート･ベビーオイル
＊事前の申し込みは必要ありません。お気軽にご参加ください。

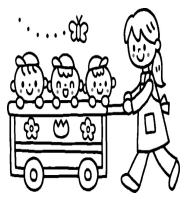
【読み聞かせ】

日　時　8月18日(火)11:15～11:30
場　所　支援センター「ひまわり」
＊今回は稲川氏に読み聞かせしていただきます

【おっぱい相談】

日　時　8月21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。

【双子の会】



日　時　8月22日(土)10:00～11:30
場　所　支援センター「ひまわり」
対　象　就学前の双子ちゃん･三つ子ちゃんとその家族
〈双子･三つ子を妊娠している方も参加できます〉

【児童館で遊ぼう】

日　時　8月28日(金)10:00～11:30
場　所　西児童館(現地集合･現地解散)
＊体を使った遊びや体操、リズムあそ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。

【子育てミニ講演会】無添加と米粉

今日からできる！ごきげん食育講座
～スーパーで買える無添加調味料と米粉のある暮らし～

日　時　8月25日(火) 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　田宮　有紗氏(毎日をはっぴーにする食育家)
定　員　20名
参加料　無料
持ち物　飲み物
★参加希望の方は8月6日(木)10:00より支援センター「どんぐり」「ひまわり」で申し込みください。(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、ゆっくりと子育てミニ講演会に参加出来ます。
★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。

ユカリエ移動相談

子育て世代包括支援センター「ユカリエ」の職員が「どんぐり」に下記の日程で来館します！日頃の悩みや気になることを相談しませんか？
8月4日(火)…支援センター「どんぐり」13:30～15:00 保育士来館

保育園開放日

ひまわり保育園…8 月 5 日・19 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～