



037-0305 中泊町大字中里字紅葉坂 27-1
 中里こども園 子育て支援センター
 (0173) 57-2057 (FAX.兼)



朝夕の心地よい風。いつの間にかセミの音がコオロギの声に変わり、季節はどんどん秋へと近づいています。こども園の子どもたちは、夏の思い出と共に、なんだか一回り大きくなったような、たくましくなった姿で元気に遊んでいます。

季節の変わり目は体調を崩しやすいですので、バランスの良い食事、休息、十分な睡眠を心がけて、健康的に過ごしたいですね。



♡ママたちの声を聞かせてください♡

いつも子育て支援センターを利用して頂き、ありがとうございます♪

これを作ってみたい！こんな時どうしたらいいの？など、ママたちのご意見、ご相談をぜひお聞かせください！

「子育てをもっと楽しく」を皆さんと感じられたらと思っています。子育て中の悩みを共有して、子育て中のモヤモヤを解消したいですね！

子育て支援センターでは、先輩ママたちの経験談が聞くことができ、参考になること間違いなしですよ♪ぜひ遊びに来てください！

日にち	活動名	内容
2日(火)	コアラくらぶ	のびのびあそび
5日(金)	ビバサークル	手作りおもちゃ
9日(火)	コアラくらぶ	リフレッシュ講座
12日(金)	ビバサークル	手作りおもちゃ
16日(火)	コアラくらぶ	のびのびあそび お誕生会
19日(金)	ビバサークル	子育て孫育て講座 発育計測
26日(金)	ビバサークル	手作りおもちゃ
30日(火)	コアラくらぶ	のびのびあそび

毎月のお便り、活動についてのお知らせなどを受け取ることができます。

支援センター活動日の参加申し込みは、その都度、公式LINEまたはお電話でお願いします。
参加申し込み、キャンセルの連絡は当日の朝9時までにお願いします。



※熱がいつもより高め、便の調子がいつもと違うなど普段と違った体調の時は無理せずにお家でゆっくり休んで、元気になったらまた参加してね。

突然現れる「じんましん」

突然、体のあちこちに赤く盛り上がった発しんがで、強いかゆみがあるときは、じんましんかもしれません。



特定の食べ物や薬に対するアレルギー反応であることが多いのですが、花粉やストレスが原因のことも。原因がはっきりしないこともあります。

数時間～数日で自然に治りますが、かゆみが強いときは水でぬらしたタオルなどで冷やすと和らぎます。



のどにできた発しんが気道をふさぐと呼吸困難やショック症状を伴うことがあるので注意し、そんなときはすぐに受診してください。

助産師による みんなが笑顔になる～子育て孫育て講座～

助産師さんによる子育て孫育て講座があります。母乳・ミルクの事、栄養の事、最近の子育てはどんな感じなのかな？など、こどもの成長過程について学べる講座です。参加費は無料です。ぜひ、ご参加くださいね♪

日時 令和7年9月19日(金) 10時30分～11時30分
 会場 中里こども園 子育て支援センター
 講師 一般社団法人青森県助産師会 助産師
 対象 乳幼児をもつ保護者、祖父母、子育て支援関係者、子育てに興味があり学習してみたい方

※この日は、発育計測も行います。母子手帳を持ってきてくださいね。