

元町・竹丘つどいのひろばだより

- ◆雨の日が多くなる季節ですね。そんな日だからこそ広場に遊びに来ませんか!? ねんねの赤ちゃんはまだ遊べないけれど子供達の声や色々な音、目に見える物など刺激たっぷり。お子さんの成長過程がみられたり先輩ママとのおしゃべり、情報交換もできますよ。
- ◆プレママ、プレパパも大歓迎。お待ちしております。



親子歯科健診を受けましょう!

1歳6か月を過ぎると、乳臼歯が生え、食べられるものも増え、むし歯が心配ですね。パパ、ママもなかなか歯科医院にいけない時期でもあります。親子で一緒に歯科健診を受けましょう。自分で磨けるようになる練習やフッ素塗布(無料)も行ないます。



【対象】1歳6か月～3歳児と保護者
 【日時】月曜または水曜日。清瀬市HP等。
 ※申込時に予約できる日を案内します。
 【申し込み】電話で健康推進課へ
 Tel 042-497-2077

講座「わらべうたであそぼ」

- ◆先生の優しい歌声にあわせてわらべうたを楽しみましょう。
- 6月26日(水) 元町ひろば 10:30～
竹丘ひろば 11:30～
0才～30分位 予約不要
- ◆これからも楽しい講座がたくさんあります。お楽しみに!!

おわがいます

市が推進「命の大切さ」を学ぶ授業
 [赤ちゃんのチカラプロジェクト]に協力して下さる親子を募集中!!

学校に行き中学3年生と触れ合います。歩き出す前くらいのお子さん。各日12組。

清瀬中	6/13(木)	14(金)
第2中	6/19(水)	20(木)21(金)
第3中	7/16(火)	17(水)
第5中	9/11(水)	12(木)
第4中	9/19(木)	20(金)

※9/11は11:00～ 他日は9:00～

♥申し込み・問合せ
 NPO法人 子育てネットワーク・ピッコロ
 TEL 444-4533 (平日9時～17時)
 または元町竹丘つどいの広場

③ お散歩エクササイズ



子育てエッセイ

子供が生まれる前からお休みの日は良く歩き回っていましたが、妊娠中は6ヶ月頃からお腹の張りが酷く、元気に動き回る事が出来ませんでした。そんな事もあり、出産後は体力、筋力全てを落とした状態でした。階段の上り下りで膝がゴキゴキ、ギシギシ。これは、この先が思いやられる。。。

最初は、抱っこでないと眠らない子が、抱っこ紐での散歩だとスヤスヤ眠ってくれたので、気分転換に少しだけ外に出ていました。散歩を重ねる度に、ビックリ! なんだか、少しずつ膝のギシギシが解消されていくのです。15分、30分、1時間とお散歩時間は、次第に伸びていきました。まさにお散歩エクササイズ!!!

お散歩はゆっくり歩くので、見慣れた景色、風景でも、小さな変化や新しい発見が沢山! こんな所に見たことない巨大な果物が...とか。ゆったりお散歩するのは、体力だけでなく、気持ちもほぐしてくれました。だんだんと、抱っこも重たくなってきたので、沢山歩くのは大変になりましたが、子供が成長する度に、また違ったお散歩が出来るのかなと思うと、それも楽しみです。(ayaco)

清瀬子育てネットワーク

2019年6月1日

K-net news
6月号

発行 清瀬子育てネットワーク K-net
 連絡先 NPO法人子育てネットワーク・ピッコロ
 清瀬市元町2-18-10 1F
 Tel 042-444-4533
 共催 子ども家庭支援センター
 子育て支援課・健康推進課
 図書館・男女共同参画センター

★K-netはNPO法人子育てネットワーク・ピッコロが市の委託を受けて運営しています。PICCOLO

K-net ひろば

6月14日(金)・28日(金) 7月12日(金)・26日(金)

<時間> 10時～14時(受付は13時30分まで)
 ☆手遊びは11時30分から ☆12時～13時はお部屋でお昼を食べられます

<場所> アミュービル4F アイレック会議室(北口りそな銀行と同じビル)
 ★コーヒータイムあります(親睦会費50円)
 お子さんを保育者に預けて、15分間くらいのコーヒータイムをお楽しみ下さい

中里ひろば 6月12日(水)10～12時 中里地域センター・ボールプールを楽しもう!

お母さんのためのリフレッシュ講座

- ① 手作りおもちゃ～ヘビのぬいぐるみ～
靴下で長～いヘビのぬいぐるみを作ります。遊び方は無限大! あなただけのヘビでお子さんと遊んでくださいね。
 <日時> 6月25日(火) 10～12時
 <場所> 消費生活センター
 <講師> 成田志穂美さん
 <参加費> 500円(ク・ポ)使用可
 ※当日キャンセルの場合は後日材料と引き換えに費用をいただきます。
 <定員> 12名(保育12名)
 申込〆切 6月16日(日)
- ② 浴衣の着付け
この夏、浴衣を着てお子さんと一緒に地域や園のお祭りにいきませんか? 浴衣の着付けをこれから学びましょう! 浴衣をお持ちでない方でも参加OK!
 <日時> 7月3日(水) 10～12時
 <場所> アイレック会議室
 <講師> 山田祐子さん
 <参加費> 無料
 <定員> 12名(保育12名)
 申込〆切 6月23日(日)

★お申し込み方法★

- ①右のQRコードまたは下記を直接入力して申込みフォームへ
<http://www.piccolonet.org/users/knetsendform/>
- ⇒②必要事項を記入し送信! 保育が必要な方はお子さまの情報も忘れずに @air.ocn.ne.jp ドメイン設定もお願いします。
- ⇒③申込み〆切後3日以内に配信される、当落のお知らせメールを確認して下さい。
 ☆メールが来ない場合は、ご連絡ください!
- ⇒④当日の行き違い防止のため、当落に関わらず確認の返信メールをお願いしています。

