



高原町子育て支援センターだより

むじむじ



利用日：月曜～金曜（祝日を除く）

利用時間：10:00～12:00 13:00～16:00

宮崎県西諸県郡高原町大字西麓360番地1「ほほえみ館」内

TEL 0984-42-1067（町民福祉課 取次ぎ）

日	月	火	水	木	金	土
()内は健康づくり推進係の担当です			1 即位の日	2 国民の休日	3 憲法記念日	4 みどりの日
5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9	10 母の日のプレゼント製作	11
12 母の日	13	14 (赤ちゃん健診)	15 総合運動公園で遊ぼう	16	17	18
19	20	21	22 誕生会	23 (乳幼児もぐもぐ大好き教室)	24	25
26	27	28	29	30 アルバム製作	31	

◎母の日プレゼント製作 要予約

5月12日(日)は母の日。素敵なプレゼントを作りましょう。材料の準備がありますので予約が必要です。

日時：10日(金)10:00～11:40

申し込み締切り：8日(水)



☆総合運動公園で遊ぼう

高原中学校手前の遊具がある公園です。公園を走り回ったり、遊具で遊んだり、公園を散策したりしましょう。

15日(水)10:30 現地集合です。

○乳幼児もぐもぐ大つき教室

日時：5月23日(木)

10時30分～11時30分

場所：ほほえみ館 和室

対象：乳幼児とその保護者

持参する物：母子健康手帳

申先込み先：

健康づくり推進係 ☎42-4820



◆毎月誕生会を行っています

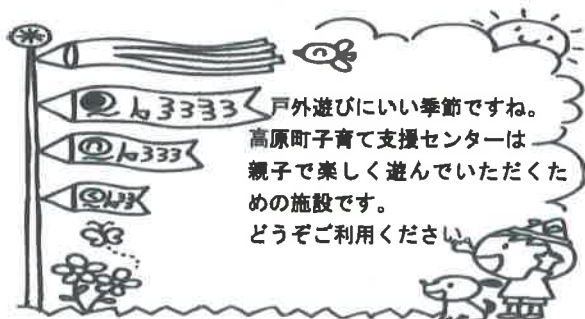
支援センターを利用しているお友達の誕生祝いを行います。

参加される誕生児は、事前の準備が必要です。3日前までに支援センターにお越しください。

今月は、22日(水)11:00～11:30です。

赤ちゃんとお出かけで大切なこと

- ① スケジュールは赤ちゃん優先で考えて、赤ちゃんが普段と同じような生活リズムで過ごせるよう、お出かけ先への移動時間は1時間から1時間30分程度が理想です。
- ② 慌てないためにも下調べは徹底的に。赤ちゃんがいることを事前に伝えると、広めのスペースを確保できる席やベビーベッドの貸し出しのサービスが受けられることもあります。目的地的授乳室やおむつ替えスペースについても把握しておきましょう。
- ③ 受けられる予防接種は済ませてから出かけましょう。(ワクチンで赤ちゃんを感染症から守って)
- ④ 体調や機嫌が悪いときは、無理をしないで。(楽しいお出かけは、赤ちゃんの体調管理が最優先)
- ⑤ お出かけの持ち物は「少し多めに」が基本。グッズは普段使い慣れているものを用意しましょう。
- ⑥ グズグズ対策グッズは必ず持ち歩きましょう。(お気に入りのおもちゃや絵本など)
- ⑦ 移動手段をうまく利用する方法を確認しておく。(赤ちゃんはチャイルドシートに座らせられればなしだとつかれるので、休憩はこまめにとって。休憩のタイミングは授乳やおむつ替えの時に)



行事は天候等により、変更

になることがあります。

ご了承ください。

