

2月



さわやか便利



「鬼は外 福は内」

2月は暦の上では春ですが、まだまだ寒い日も続きそうですね。寒暖差もあり体調を整えることが難しい時期ですが、元気な時は、お外で遊び、支援センターにも遊びに来てお友達との触れ合いも楽しんでください。

1月は行く・2月は逃げる・3月は去るというように月日が過ぎるのは早く、1年は長いようであつという間です。お子様に手がかかる時が、色々大変でも振り返れば一番楽しいです。親子で沢山の事を体験し経験して下さい。節分では、元気なかけ声とともに豆をまいて邪気を追い出し、健康と幸せが舞い込んで来ることを願いましょう。

2026年2月の支援計画

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	R7.4~R7.6月 生まれ	R6.4~R7.3月 生まれ ママボール遊び	1歳児以上クラス R6.3月生まれ以上 ママボール遊び	R7.7~R7.12月 生まれ ママボール遊び	エネルギー講座 子育て支援センター	フリーサークル
8	9	10	11	12	13	14
	1歳児以上クラス R6.3月生まれ以上 ママボール遊び	ベビーマッサージ&産後 シェイプアップ体操教室 照島交流センター	建国記念 シフォンの布遊び	R7.4~R7.12月 生まれ ママボール遊び	R6.4~R7.3月 生まれ ママボール遊び	パパと遊ぼう ママボール遊び 風車制作
15	16	17	18	19	20	21
	R6.4~R7.3月 生まれ 足形取り	フリーサークル	お口を育てるお話し会	キッズ運動あそび	R7.4~R7.12月 生まれ 足形取り	フリーサークル
22	23	24	25	26	27	28
	天皇誕生日	R7.4~R7.6月 生まれ ひな飾り足形アート	R7.7~R7.12月 生まれ ひな飾り足形アート	1歳児以上クラス R6.3月生まれ以上 ひな飾り制作	R6.4~R7.3月 生まれ ひな飾り足形アート 乳児健診支援	フリーサークル

さわやか子育て支援センター

〒896-0005

いちき串木野市西塩田町73-1

(太陽保育園2階)

TEL: 0996-33-0192

開所時間 9:00~15:00 (月~土)

電話相談 9:00~16:30 (月~土)

編集: 内 信代



Information

★ ベビーマッサージ&産後シェイプアップ体操教室 ★

と き: 2月10日(火) 9:45 受付~

と ころ: 照島交流センター 10:00~12:00

対 象 者: 生後2ヶ月~12ヶ月頃までの赤ちゃんとその保護者

講 師: わらべうたベビーマッサージ認定講師

小島 美幸先生

準 備: バスタオル、飲み物、

※対象児の兄、姉...託児あり(飲み物持参)

歌って見つめて語りかける「わらべうたベビーマッサージ」で親子のスキンシップをとり、赤ちゃんの免疫力をアップ。ママは体を動かして産後のエクササイズでリフレッシュ! 親子の絆を深め、心身の発達を促し、楽しい子育てを応援します!

★ パパと遊ぼう

と き: 2月14日(土) 10:30までに集合

と ころ: さわやか子育て支援センター

※ お子さんと一緒にママボールを使って、節分遊び等を楽しみましょう。

ママも一緒に良いですよ♡

パパには記念に風車も作っていただきます♪

♪ キッズ運動あそび ♪

と き: 2月19日(木) 10:00~始まります!

と ころ: 照島交流センター

講 師: 小島 美幸 先生

鹿儿島県エアロビック連盟・日本スポーツ協会
(公認エアロビックコーチ)

対 象: 1歳以上

※ 飲み物持参

※ 音楽に合わせて親子体操。マット・平均台・フープを使って、転がったり、ケンケンパ、トンネルくぐりやターザンぶら下がり等。身体をたくさん動かして遊びましょう♪

第3回 エネルギー講座

と き: 2月6日(金) 10:30~先着6組

と ころ: さわやか子育て支援センター

内 容: 放射能について

今回は、普段私たちが生活している中にどのくらいの放射線が含まれているか測定器を使って室内や窓際など計測してみます。

♡ お口を育てるお話し会

と き: 2月18日(水) 10:30~11:20

と ころ: 子育て支援センター 11:20~個別相談

講 師: 串木野健康増進センター歯科衛生士
久木崎 郁代氏

対 象: R7.1月~R7.10月 15組程度

対象以外の方で希望の方はスタッフに声をかけてください。
お口のケアや歯ブラシの選び方進め方など細かくお話しくださいます。

♡ エネルギー講座九州電力見学バスツアー (予告) ♡

と き: 3月26日(木) 9時~15時半頃まで1日

対 象: 全年齢

バスに乗って、みんなで原子力発電所や柳山ウインドファームに行き楽しみましょう★

参加料無料(昼食代は各自)

申し込み締め切り: 3月10日(火)

詳しくはスタッフまでお知らせください。

◆ ママのためのダイエットヨガ講座 (予告)

と き: 3月5日(木) 10:15 集合

と ころ: 上名交流センター

対 象: 全会員 (先着12組)

講 師: ヨガ講師 Marina 先生

全米ヨガアライアンス RYT500 修了

OMYOGA 卒業

今回託児ありです。予約方法はまた連絡します。

♪ 各年齢別活動(10:30~12:00) ◎ 9:00以降いつでも参加お待ちしております♡

♪ フリーサークル(年齢に関係なく自由遊びです)

午前 9:00~12:00

午後 ★ 印の付いている日 → 13:30~15:00

★ 印の付いていない午後 → 個別相談や個別での利用 13:30~15:00の間(要予約)

◎ 相談時間(月~土)

来所相談 9:00~16:30 ・電話相談 9:00~16:30

※ サークル参加は予約申し込みをお願いします。(フリーサークルは予約不要です)

※ 感染症の流行などで、急遽サークル内容を変更したりお休みさせていただくことがありますので、ご了承ください。

昼食を済まして帰りたい方は、各自準備してご持参下さい(親子で可能です。)

12・1月の活動

クリスマス足形アート

クリスマスリース作り

紙吹雪遊び

お絵描き

干支の足形アート

ベビーダンス&産後ウォーキング