



子育て支援センター

# あしびなあ

## 子育てはなんくるないさよ～

『意欲のある子は 早寝早起き』  
朝「おはよう！」と気持ちよく起きてきて  
自分で準備をして「いってきま～す！」と  
元気に学校へ出かけて行く。

そんな小学生を目指すなら…乳児期に  
ほんのちょっと手をかけてみませんか？

早く寝かしつけるのは、小さいうすが勝負！  
6歳までの子どもの理想的な就寝時間は  
20時(8時)といえます。

子どもに1日3回の食事を食べさせるよう  
に、幼児の間は毎日子どもの寝かしつけること  
が、親の役目です。睡眠のリズムが出来上  
がると、次第に同じ時間に眠くなるようにな  
ります。長く遅くまで起きている。というこ  
とは、身体の疲労とともに脳の疲労も溜まり  
ます。工夫をし、リズムを作りましょう。



突然ですがお楽しみタイム♪  
ぜひお子様とチャレンジ!!  
このプリント内に『おに』は  
何匹隠れているでしょう♪  
正解はあしびなあで♪

## 育児講座『ベビーマッサージ』【要予約】

毎月第4月曜日 11:00～12:00

講師：小沼 純子さん

対象：2ヵ月～

持ち物：水分・バスタオル

オイルまたは乳液

(自宅で使っているものがあればご持参ください)

毎回たくさんの申し込みを頂いています☆

みなさんのご参加をお待ちしています♪



## 3月のスケジュール

3/4(月) 身体測定

3/15(金)出前保育『てくてく』10:30～11:30

3/20(水)出前保育『松ヶ崎ふるさとセンター』10:00～15:00※サロンお休み

3/22(金)お別れ会『北柏町会ふるさと会館』10:00～12:00【要予約】

3/25(月)育児講座『ベビーマッサージ』11:00～12:00【要予約】※サロン午後のみ

3/26(火)出前保育『こども図書館』10:30～11:00※サロン午後のみ

3/28(木)地域の母と子の集い『かるがもおしゃべり広場』10:00～11:30※サロン午後のみ

## 2月スケジュール

月	火	水	木	金
				1 豆まき 園行事に参加♪ 10:00～ 【要予約】
4 身体測定	5	6	7	8
11 建国記念日	12	13 	14	15 出前保育 『てくてく』 10:30～11:30
18	19	20 サロンお休み 出前保育 『松ヶ崎 ふるさとセンター』 10:00～15:00	21 サロン午後のみ 地域と母と子の集い 『かるがも おしゃべり広場』 10:00～11:30	22
25 サロン午後のみ 育児講座 『ベビーマッサージ』 11:00～12:00 【要予約】	26 サロン午後のみ 出前保育 『こども図書館』 10:30～11:00	27	28	

※**予約**の必要な行事等につきましては、締切日までにご連絡をお願いいたします。(注)日・祝はお休みです。

※身体測定 測定をご希望なされる方は、お声掛けください。

※毎週金曜日 13:30～16:00 までは育児相談日(要予約)となっています。

どんなことでもお気軽にどうぞ。

【通常利用時間：9:30～12:00/13:30～16:00】

問い合わせ：北柏駅前保育園わらび TEL 04-7166-7355 (担当：佐藤)

## 豆まき

2月7日(金) 10:00～

園行事『豆まき』に参加できます

準備があるので

御予約をお願いいたします

開始時間に遅れないように

お集まりください

2月23日(土)

9:00～12:00

アミューゼ柏

『保育まつり』に参加します

どなたでも参加できます

- ・遊びのコーナー
- ・育児相談コーナー
- ・市内の支援センター情報
- ・柏市の保育園情報
- ・質問コーナーなどなど

昨年度も好評でたくさんの  
親子で賑わいました♪

あしびなあも参加します♪

どうぞお出掛け下さい。

お待ちしております

