

10月号 トマトくらぶ通信

令和7年9月発行
 子育て支援センター トマトくらぶ
 (めぐみこども園近く)
 ※巻高校グラウンド前の建物です
 〒953-0044 新潟市西蒲区巻乙13
 ☎ 0256-78-8817

暑さも落ち着き、吹く風や虫の声に秋らしさを感じられるようになってきました。これからは過ごしやすくなり、お散歩や外遊びに心地よい季節になりますね。10月は育児講座やハロウィン製作等お楽しみがたくさんあるので是非遊びに来てください。

日	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土
			1 おやこ体操🍎 10:30 講師:こども園体操講師	2	3	4
5	6	*年齢設定がある日 でもどなたでも 遊ぶことができます 7要予約 育児講座10:00 「メンタルクライシス」 ★ 講師:新潟市助産師会 助産師2名	8 おやこ体操🍎 10:30 講師:こども園体操講師	9要予約 コンシェルジュの日★ 9:45~11:30 西蒲区健康福祉課 捧保育コンシェルジュ	10 発育測定(1日)	11
12	13 スポーツの日	14要予約 誕生会&ハーフ Birthday ・発育測定 11:00	15 おやこ体操🍎 10:30 講師:こども園体操講師	16	17 エプロンシアター& 絵本の読み聞かせ 11:00	18
19	20要予約 歯科講座★10:30 「親子のお口の 健康」 講師:幡本歯科 衛生士	21	22 おやこ体操🍎 10:30 講師:こども園体操講師	23 赤ちゃんの日👶 ふれあい遊びと ハロウィン製作 10:30	24要予約 ヨガ講座★10:30 講師:橋本真紀子さん	25
26	27	28 ハロウィン製作★ 10:00~12:00	29 ハロウィン製作★ 10:00~12:00	30	31要予約 抱っこ体操👶 10:30 講師:池田友美さん	

- ・利用時間 月曜日~金曜日 9:00~15:00
- ・育児相談、健康、看護相談も随時行っています
- ・育児相談は電話でも受け付けています
- ・育児講座をご希望の方は電話かご利用時に予約を入れて下さい

年齢設定日

- 👶 赤ちゃんの日…おおむね1歳未満
- 👦 トマトの日…おおむね1歳以上
- ★ どなたでもどうぞ!

★皆さんに気持ちよく利用してもらう為に以下の事にご協力ください

ご利用時のお願い

- ①発熱や風邪症状のないことを確認の上ご利用ください。
- ②各自水分補給できるものをご持参下さい。
- ③センター利用の際は、駐車場ではお子さんと手を繋ぎ、車に気をつけて下さい。
- ④お子さんは保護者の方が必ず見守って下さい。
- ⑤大型遊具はすべてお子さん専用ですので大人は使用できません。譲りあってお使いください。

10月の予定

1・8・15・22日(水) 10:30

おやこ体操②

(運動スペースで行います)

講師：めぐみこども園体操講師

歩けるお子さんから参加できます

親子でできる楽しい体操遊びや

お子さんの運動発達に役立つ豆知識も
教えてもらいます。

14日(火) 11:00 要予約

誕生会&ハーフ Birthday

・発育測定

お誕生会と6か月を迎えるお子さんの

ハーフ Birthday の会を行います。

一緒にお祝いしてくれる方も大歓迎です。

(誕生児・ハーフ Birthday の方は

お申し込みください。お誕生児、ハーフ

Birthday の方は、準備の為 10:40

までにお越しください。)

・10日(金)は
発育測定のみ行っています。

31日(金) 10:30 要予約

抱っこで体操♡

講師：池田友美さん

首座り~抱っこで動ける位の親子対象

ストレッチをしたり、お子さんを
抱っこして童謡に合わせて踊り
ます。丁寧に教えて下さるので
踊りが苦手な方もご安心ください。
ママは運動不足解消に!抱っこひも
の使い方も教えてもらいます。

持ち物抱っこ(おんぶ)ひも

〈保護者の方〉・動きやすい服装

・素足になれる格好

・赤ちゃんと保護者の方の水分補給

7日(火) 10:00 要予約

育児講座「メンタルクライシス」★

講師：新潟市助産師会

島田助産師 巳亦助産師

産後のママの身体の変化や夫婦の

コミュニケーションについてお話しして

いただきます。個別相談もでき、ご夫婦

での参加も大歓迎です。

20日(月) 10:30 要予約

歯科講座「親子のお口の健康」★

お子さんをむし歯にさせないお口の中
の最適なケアは?

お家の方のケアも合わせてお話しして

いただきます。個別の相談もできます

ので是非ご参加下さい。

お近くに妊婦さんがいましたら是非
お声がけください。

11月6日(木) 10:30

プレママ・プレパパセミナー

(対象：妊婦さんとパートナーや

ご家族2名以内)

講師：鷲尾助産師

助産師さんから出産に向けての準備

についてお話を聞きながら、子育て

支援センターがどんなところか一緒

に見てみませんか?

※詳しくは職員までお問い合わせ

ください。

9日(木) 9:45~11:30 要予約

コンシェルジュの日★

講師：捧保育コンシェルジュ

入園や保育サービスについて気軽に
ご相談下さい。

24日(金) 10:30 要予約

ヨガ講座★

講師：橋本真紀子さん

ママたちのためのヨガ講座です。

心と体を整えてリフレッシュ

しましょう。

持ち物：バスタオル、水やお茶等の水分

育児ひとくちメモ「子どもの力を引き出す声かけとは」

① 行動の前に必ず一言つける

「OOちゃん、着替えようね」など、名前を呼んで次の行動を知らせてみましょう。

② 子どもの気持ちを言葉にする

「OOでうれしいね」「OOで悲しいね」など子どもの気持ちに共感して、それを言葉にしましょう。

③ ポジティブな声かけをする

「ダメ」「危ない」と言われ続けると自発的な行動ができなくなってしまうことがあります。

「登っちゃダメ」ではなく、「降りてきて」と伝えてみましょう。

④ 子ども自身が考えられるようにする

「こうしなさい」ではなく、「どっちがいい?」「これはどうかな?」と、子どもに考えさせることが大切です。

声のかけ方ひとつで、子どもたちの気持ちが変わります。ちょっとひと工夫してみませんか!