

5月号 トマトくらぶ通信

令和7年4月発行

子育て支援センター トマトくらぶ

(めぐみこども園分設)

〒953-0044 新潟市西蒲区巻乙13

☎ 0256-78-8817 (トマトくらぶ直通)

新緑の季節となりました。暖かい日はお散歩や戸外遊びが心地良いですね。新しい場所でトマトくらぶがスタートしました。今年度もたくさんのお子さんやお家の方に会えるのを楽しみにしています。

日	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土
				1	2	3 憲法記念日
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7 🍅 おやこ体操 10:30 講師: こども園体操講師	8★ 製作の日 「お花のカード作り」 10:00~11:00	9🍌 赤ちゃんの日 「ふれあい遊びとお花のカード作り」 10:30	10
11 母の日	12	13 エプロンシアター&絵本の読み聞かせ 11:00	14🍅 おやこ体操 10:30 講師: こども園体操講師	15	16★要予約 離乳食・幼児食相談会 11:30~12:00 講師: こども園栄養士 (4/28予約開始)	17
18	19★要予約 誕生会&ハーフBirthday ・発育測定 11:00 (4/28予約開始)	20 発育測定(1日)	21🍅 おやこ体操 10:30 講師: こども園体操講師	22	23	24
25	26	27	28🍌要予約 育児講座10:30 「ベビーマッサージ」 ・育児相談 講師: 鷲尾助産師 (4/28予約開始)	29	30	31

- ・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。

5月の行事

・8日(木)★10:00~11:00

製作の日

「お花のカード作り」

・9日(金)🌞10:30~

赤ちゃんの日

「ふれあい遊びと

お花のカード作り」

お子さんの手形や足形を入れて
素敵なお花のカードを作ります。

19日(月)★11:00~**要予約**

誕生会&ハーフ Birthday

・発育測定

毎月発育測定をしています。

あわせてお誕生会と6か月を迎える

お子さんのハーフバースデイの会を行いま

す。一緒にお祝いしてくれる方も

大歓迎です。

※お誕生児、ハーフ Birthday の方は

10:40までにお越しください。

・20日(火)は発育測定のみ
行っています。

28日(水)🌞10:30~

育児講座「ベビーマッサージ

&育児相談」**要予約**

講師：鷺尾助産師

持ち物：バスタオル

スキンケアや授乳・睡眠など

赤ちゃんの心配事にも対応して

くれます。赤ちゃんとの楽しい

時間を過ごしましょう。

(オイルを使ったマッサージです)

16日(金)★11:30~**要予約**

離乳食・幼児食相談会

講師：めぐみこども園 栄養士

食に関する悩みや心配なことありま

せんか？こども園の栄養士が、

支援センターに来てくれますので

気軽に相談してみませんか。

離乳食に限らず幼児食の時期のお子

さんの相談も受け付けます。

7日・14日・21日🍎10:30~

おやこ体操(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

今月は「親子で体操」です。

親子でできる楽しい体操遊びを教えてください。

お子さんの運動発達に役立つ豆知識も教えて

もらいながら親子で楽しい時間を過ごしませんか。

広い場所で、たくさん体を動かしましょう。

育児ひとくちメモ 「正しい靴の選び方」

これからお外遊びやお散歩が楽しい季節ですね。歩くようになったら、靴選びもどんなものが良いか悩むところですね。靴の正しい選び方を載せてみました。

靴の正しい選び方 正しく靴を選ぶ6つのチェックポイント

つま先に7mm~10mm程度余裕のあるのがいい状態。靴のかかとと足のかかとをしっかりと合わせ、靴の中で足が動かないようにマジックテープなどで調整してください。

- ① 甲の高さが調整できる？ 足に合わせて調整できる、マジックテープや紐がお勧めです。
- ② つま先は広く厚みがある？ 足の指を自由に動かせる余裕が必要です。
- ③ つま先は少し反りあがっている？ 平らなものはつまずきやすくなります。
- ④ かかと部はフィットしている？ 足が動かないように固定することで安定した歩行ができます。
- ⑤ 靴底に適度な弾力がある？ 地面からの衝撃を遮断し、足への負担を軽減します。
- ⑥ 足が曲がる位置で靴も曲がる？ 厚すぎて曲がらないものも要注意です。

靴屋さんで必ず足を測ってもらいましょう！

足育ポイント

必ず立って測って下さい。

座って測ると足長は小さくなり正確ではなく、靴選びが間違ってしまうこともあります。

足育こども手帳より抜粋