



桑名市子育て情報誌

すくすくだより

2021. 10月

NO.183

爽やかな風に高く澄んだ空。深呼吸したくなる様な気持ちの良い季節ですね。

運動、食べ物、お出かけ・・・過ごしやすい季節を、感染予防しつつ、可能な範囲で楽しみたいものです。



メールマガジンでは
子育て情報をメール配信しています。
以下のQRコードをご利用ください。

メールマガジン



＜お問い合わせ＞

桑名市子ども・子育て応援センター「キラキラ」

〒511-0811 桑名市東方 301-4

☎ 0594-84-6039

FAX 0594-25-0075

✉ kodomooenm@city.kuwana.lg.jp

URL <http://www.city.kuwana.lg.jp>

すくすくだよりは

子育てアプリ「くわなハッピーナビ by 母子モ」
又は桑名市HPからご覧いただけます。

母子モ QR コード



= 子育て講座 =

(市内在住の方対象)



10月6日(水)

「へえ～そうだったのか 抱っことおんぶ編」

(講師 内田ゆきさん)

- 【対象】 生後3か月からの未就園親子 10組程度
- 【場所】 子ども・子育て応援センター「ぼかぼか」
わんぱく広場
- 【時間】 10:00～11:00
- 【持ち物】 使い慣れた抱っこ紐・着替え・オムツ・お茶
タオル等

◎参加申し込みは、9月22日(水)～
子ども・子育て応援センター「ぼかぼか」へ
TEL (0594) 32-5676

※電話受付：12時～17時

※緊急事態宣言発令中の為、受付は電話のみです

新型コロナウイルス感染の状況に
よって中止になる場合があります

10月25日(月)

「親子であそぼう」

(講師 松本紀美子さん)

- 【対象】 歩行ができる未就園の親子 15組程度
- 【場所】 長島福祉健康センター 教養娯楽室
- 【時間】 10:00～11:00
- 【持ち物】 着替え・オムツ・お茶・タオル等
※動きやすい服装でお越しください

◎参加申し込みは、10月11日(月)～
長島地域子育て支援センターへ
TEL (0594) 41-1038

来館又は、電話にてお申し込みください
※来館受付 9時～17時
電話受付 12時～17時

11月17日(水)「赤ちゃんマッサージ」

(講師 西脇美和子さん)

- 【対象】 生後3か月～8ヶ月までの未就園親子 8組程度
- 【場所】 子ども・子育て応援センター「キラキラ」 たけのこ広場

それでいいよ だいじょうぶ

～じょうずに眠れるまで待っててね～

(旧厚生省冊子参照)

赤ちゃんの安らかな寝顔を見るのは、こころ休まるひとときです。

眠くて眠くて、でもうまく眠れなくてぐずぐずいう。

そんな赤ちゃんもいます。

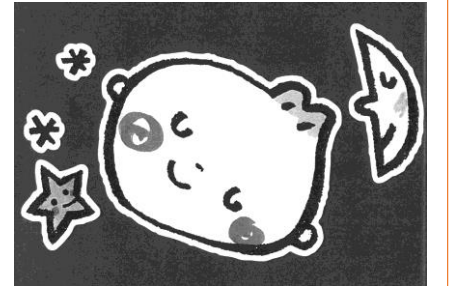
はじめからじょうずには寝つけません。

お母さんやお父さんが「そばにいる」とわかれば赤ちゃんも安心。

お腹すりすり、眠りのお手伝いをしてあげてください。

眠りの時間が短くて心配になることもあります。

赤ちゃんが元気ならそれでだいじょうぶ。



眠くなければお昼寝はしなくてもいいけれど、夜は早く寝かせてあげて。

そして、朝は元気に「おはよう」のごあいさつ。

午前中は、明るい光のなかでたっぷり遊びましょう。

少しずつ、そんな暮らしのリズムをつくっていきな。

・・・寝言泣き(生後4ヶ月～1歳半頃)・・・

赤ちゃんが夜中に泣くのは、ミルクやおむつ替えを求めている時ばかりとは限りません。

眠りが浅い時に、大人は寝言を言ったり寝返りをうったりしますが、赤ちゃんはしゃべれないので泣いたりまだ寝返りが出来ない子は手足をバタバタさせたりします。言葉を話せない赤ちゃんの「寝言」を「寝言泣き」といいます。

「寝言泣き」であれば、抱っこなどで起こしてしまうよりも、まずは2～3分くらい様子を見ながらお腹を軽くトントンと撫でるなどしてみましょう。(眠りが浅い時に起こしてしまうと、再度の寝かしつけが必要となりママにも赤ちゃんにも負担になってしまいます。)

浅い眠りを起きずに眠っていくことを繰り返し、だんだんと『夜は寝るための時間だ』ということを感じリズムがついていきます。

夜中に何度も(1時間くらい毎)泣く場合は「寝言泣き」も頭に入れて対応してみてください。

(参考文献 「安眠ガイド」清水悦子著)

それでも泣き止まなければ抱っこしてあげてね。



子ども総合センター

- ・1歳6か月児健診・3歳児健診は、日程が近づきましたら個別通知します。

(すくすく離乳食教室・育児相談は
下記の電話番号にお申し込みください。)

TEL (0594) 24-1380

FAX (0594) 24-5497

- ・お子さまのことで、ご心配なことがありましたらご相談下さい。

TEL (0594) 24-1298

FAX (0594) 22-7811

福祉なんでも相談センター

子育て、介護や障害等さまざまな福祉のことを『まとめて』相談できる窓口です。ひとりで悩まずにお気軽にご相談ください。福祉の専門職が相談に応じます。(必要に応じ専門機関と連携して対応します。)

＜桑名地区＞ 大山田コミュニティプラザ1階
火曜日～日曜日(月曜の祝日は開所) 9:00～17:00
TEL (0594) 41-2114

＜多度地区＞ 多度すこやかセンター1階
月曜日～金曜日(祝日を除く) 8:30～17:15
TEL (0594) 49-2031

＜長島地区＞ 長島デイサービスセンターほほえみ2階
月曜日～金曜日(祝日を除く) 8:30～17:15
TEL (0594) 42-2119



次月講座
予告



10月のすくすくスケジュール

新型コロナウイルス感染防止のため、状況により予定の催しが中止になる場合があります。ご了承ください。



月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)	日 (SUN)
<p>《おねがい》 同居家族や勤務先など身近に、新型コロナウイルス感染者もしくは感染が疑われる方がおられる場合は、子育て支援センターの利用をお控えください。</p> <p>・施設ご利用の際にいただいた個人情報は、行政や保健所等から必要な求めがあった場合提供させていただきます。ご了承ください。</p>		<p>キッズサロン(大山田・七和・城南)の時間は9:30~11:30です。(人数制限有)</p> <p>公立幼稚園の園・園庭開放はお休みです</p>		<p>1 ・園庭開放(別館保育所)</p>	<p>2 ・おはなし会(中央図書館 14:00~)</p>	<p>3</p>
<p>4 ・園庭開放(長島中部保育所)</p> <p>すくすく離乳食教室【初期・中期】要予約 13:30~15:00 (くわなメディアライヴ 2階) ゆめはま文庫出張貸出 ・おはなし会(中央図書館 11:00~)</p>	<p>5</p>	<p>6 ・園庭開放(深谷保育所)</p> <p>申し込みは、子ども総合センターへ 0594-24-1380</p>	<p>7 ・園庭開放(多度保育所)</p> <p>・おはなし会(中央図書館 11:00~)</p>	<p>8</p>	<p>9 ・おはなし会(中央図書館 14:00~)</p>	<p>10</p>
<p>11 ・子育て講座「親子であそぼう」申し込み開始</p> <p>申し込みは、子ども総合センターへ 0594-24-1380</p>	<p>12 ・園庭開放(城東保育所) ・赤ちゃん広場 要予約 13:30~15:00 (キラキラ)</p> <p>すくすく離乳食教室【後期・完了期】要予約 13:30~14:30 (くわなメディアライヴ 2階) ゆめはま文庫出張貸出</p>	<p>13 ・園庭開放(桑陽保育所)</p> <p>・子育て何でも相談室 9:30~11:15 予約不要(ぼかぼか)</p>	<p>14 ・園庭開放(厚生館保育所)</p> <p>(助産師・管理栄養士) 各先着5名まで 受付は当日9:00から</p> <p>・出前保育/戸津集会所(たどこども園子育て支援センター)</p>	<p>15 ・園庭開放(別館保育所)</p> <p>育児相談 要予約 10:00~11:00 (くわなメディアライヴ 2階)</p>	<p>16 ・おはなし会(中央図書館 14:00~)</p>	<p>17</p>
<p>18 ・園庭開放(長島中部保育所)</p>	<p>19</p>	<p>20 ・子育てサロンひだまり 要予約(深谷保育所) ・キッズサロン(七和まちづくり拠点施設)</p>	<p>21 ・園庭開放(多度保育所)</p> <p>・おはなし会(中央図書館 11:00~)</p>	<p>22</p>	<p>23 ・おはなし会(中央図書館 14:00~)</p>	<p>24 ・子育てファミリー講座「子どものほめ方・しかり方」</p>
<p>25 ・キッズサロン(城南まちづくり拠点施設) ・おはなし会(中央図書館 10:30~)</p>	<p>26 ・園庭開放(城東保育所) ・赤ちゃん広場(育児相談)要予約 13:30~15:00 (キラキラ)</p>	<p>27 ・園庭開放(桑陽保育所)</p> <p>・離乳食・栄養相談 10:00~11:30 予約不要(キラキラ)</p> <p>・キッズサロン(大山田まちづくり拠点施設)</p>	<p>28 ・園庭開放(厚生館保育所)</p> <p>(管理栄養士) 先着10名まで 受付は当日 9:50から</p> <p>・出前保育/御衣野集会所(たどこども園子育て支援センター)</p>	<p>29 毎週土曜日「あなたのためのおはなし会」(長島輪中図書館) 11:00~16:00 前日までに要予約(1組20分程度) TEL 0594-41-1040</p>	<p>30 ・パパサロン(たどこども園子育て支援センター)</p>	<p>31</p>

＜おおぞら出前保育＞
9:30~11:30
保育士が玩具を持って、公園へ出向きます。徒歩・ベビーカー・自転車等でお気軽にお越しください。路上駐車はご遠慮ください。
★印は駐車場がありません。(長盛公園は、深谷保育所に駐車できます) ※天候により中止となる場合があります。わからない時は各問合せ先へお尋ねください。

公園名	実施日	問合わせ
★暇(な)て公園(暇町)	4日(月) 18日(月)	子ども・子育て応援センター「キラキラ」(0594)84-6039
★貝塚公園(内掘)	14日(木) 28日(木)	城東保育所(0594)22-8514
★長盛(ながま)公園(北築地町)	13日(水) 27日(水)	深谷保育所(0594)29-1135
立花公園(立花町)	お休み	桑陽保育所(0594)22-8428
★星川公園(星見ヶ丘)	7日(木) 21日(木)	子ども・子育て応援センター「ぼかぼか」(0594)32-5676
★老松公園(三栄町)	お休み	長寿認定こども園(0594)23-2044 要連絡
ノザキ製菓 アイリスパーク(御衣野みぞの)	お休み	耕逸山 たどこども園 子育て支援センター(0594)48-6561
★貝殻谷公園(小山谷)	7日(木) 21日(木)	



市内子育て支援センター

※各施設や行事等ご利用の際には、検温、手指の消毒、大人の方はマスク着用をお願いします。

利用人数・時間の制限をさせていただいている施設もあります。詳細は各施設にお問合せ下さい。

桑名市子ども・子育て応援センター「ぼかぼか」
かるがも広場
【対象】 未就園児と保護者
【曜日】 火～日曜日
休館日…月曜日・年末年始
(月曜日が祝日の場合は開館、翌日以降の最初の平日が休館)
★利用時間 9:00~16:00
※講座等でわんぱく広場が使用できないことがあります。ご了承ください。
TEL (0594) 32-5676
FAX (0594) 32-5677

長島地域子育て支援センター(長島福祉健康センター2F)
フレンズひろば
【対象】 未就園児と保護者
【曜日】 月～金曜日
休館日…土・日・祝日・年末年始
★利用時間 9:00~11:30 13:00~16:00
TEL (0594) 41-1038
FAX (0594) 41-1008

桑名市子ども・子育て応援センター「キラキラ」
かるがも広場
【対象】 未就園児と保護者
【曜日】 月～土曜日
休館日…日・祝日・年末年始
★利用時間 9:00~15:30
●赤ちゃん広場(対象1か月～4か月頃) 要予約 第2・第4火曜だけのご広場 13:30~15:00
※講座等でだけのご広場が使用できないことがあります。ご了承ください。
TEL (0594) 84-6039 FAX (0594) 25-0075

桑名市地域子育て支援センター「にこにこ」
わくわく広場・おひさま広場
【対象】 未就学児と保護者
【曜日】 水～月曜日
休館日…火・年末年始
(火曜日が祝日の場合は開館、翌日以降の最初の平日が休館)
★利用時間 9:00~17:00 (9:00からになりました)
TEL&FAX (0594) 25-3515

子育て憩いの広場
なかよし広場
【対象】 未就園児と保護者
【曜日】 月～水曜日 金・土曜日
★利用時間 9:00~11:30 (土のみ9:30~) 13:00~16:00
休館日…木・日・祝日・年末年始
TEL (0594) 25-2003

松岡医院併設
ひろば型子育て支援センター
遊びのひろば
【対象】 子育て中の親子
【曜日】 火・水・木 (9:30~15:00)
(祝日・お盆・年末年始はお休み)
※電話による子育て相談
平日(9:00~17:00)
土日祝(9:00~12:00)
TEL (0594) 21-4935
FAX (0594) 22-9835

耕逸山たどこども園
子育て支援センター「ののちゃんルーム」
はいはい club・マタニティ club (妊娠5か月～) 8か月未満の未就園児と保護者
月曜日(9:00~11:30)
よちよち club・マタニティ club (妊娠5か月～) 9か月から2歳未満の未就園児と保護者
火曜日(9:00~11:30)
ぴよんぴよん club 2歳から3歳の未就園児と保護者
水曜日(9:00~11:30)
なかよし club 0歳から5歳の未就園児と保護者
金曜日(9:00~11:30)
月曜日～金曜日(13:00~16:00)
休館日…土・日曜日・祝日・年末年始
(特別事業で開館する場合あり)
TEL (0594) 48-6561
FAX (0594) 48-6527