桑名市子育て情報誌

NO.234

すくすくだより

2025. 12月号

寒さも少しづつきびしくなり、本格的な冬の訪れを感じる頃となりました。
寒くなると空気が乾燥する為、いろいろな感染症が流行りやすくなります。手洗いうがいが難しい乳児は濡れタオルで手を拭くなどして、感染対策を行っていきましょう。
12月はクリスマスや大晦日など行事も多く、楽しくて忙しい時期です。
大人も子どもも体調に気を付けながら、元気にお過ごしください。

〈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」
桑名市中央町３丁目２１アピタ桑名店２F　☎ 0594−84−6039

くわな子育てガイドブック

子育て情報がひとまとめになっています。
ダウンロードすると冊子になります。

メールマガジン

又は　t-kuwana@sg-p.jp
へ空メールを送信
子育て情報を
メール配信しています。

くわなハッピーナビ by 母子モ

毎月のすくすくだよりや
子育て情報が掲載！

子育て講座

親子で楽しむ バルーンアート

講師：ベラさん

12月19日(金) 10:00〜11:00

対　象　桑名市在住の１歳以上の未就園児親子 15 組
場　所　くわなメディアライブ２階和室
　　（地域コミュニティ課の左側）
申　込　１２月５日(金)９：００〜
　　QR コードより
問合せ　子ども・子育て応援センター
　　「キラキラ」
　　０５９４−８４−６０３９

桑名市＆みっくみえ共催　子育てファミリー講座

幼児期の食の悩みと その対応〜相談の窓口から〜

講師：生川美江さん

12月7日(日) 10:00〜11:00

対　象　子育て中のすべての親子
場　所　陽だまりの丘複合施設「ぽかぽか」大研修室
託　児　３か月〜３歳（４歳未満）先着８名
申　込　QR コードより　※１１月７日より受付中
問合せ　子ども・子育て応援センター「ぽかぽか」
　　０５９４−３２−５６７６

☆講座の前後は、子ども・子育て応援センター「ぽかぽか」の広場・図書室の利用はできませんのでご了承ください。

赤ちゃんがきた！
〜親子の絆づくりプログラム〜
（愛称：BPプログラム）

初めて赤ちゃんを育てているママのためのプログラムです。
DVD やテキストをみて学び、ママ同士交流したり相談したりします。
赤ちゃんと一緒に参加します。（４回連続講座です）

開催日　１月８日（木）１５日（木）２２日（木）２９日（木）
時　間　13：30〜15：30
　　（後半 30 分は質問・交流タイム）　４回連続
対　象　桑名市内在住　生後２〜５か月の第１子とママ
　　（令和７年７月中旬〜１１月中旬生）
場　所　桑名市子ども・子育て応援センター「ぽかぽか」
　　テキスト代　1,000 円＋消費税
申込み　１１月２８日（金）９：００〜　QR コードより
問合せ　子ども・子育て応援センター
　　「ぽかぽか」
　　０５９４−３２−５６７６

講座の詳細は、くわなハッピーナビｂｙ母子モにてご確認いただけます。ぜひご登録ください。
ＱＲコードは、申し込みが開始してから見られます。

☆お申し込み後、
受付完了メールが届きます。
No-reply@logoform.jp からのメールの受信設定をお願いします。

赤ちゃんの冬の安全対策
赤ちゃんと寒い冬を快適に過ごす為のポイント

【室温】寒いかな　暑いかな

・室温の目安は２０℃から２３℃くらい、湿度は５０％位です。
　（室温はおうちの環境にもよりますので、目安にしてくださいね。
　赤ちゃんが背中に汗をかいていたら、暑いのかもしれません）
・暖房の風の向きに気をつけましょう。（赤ちゃんに風がかかっていませんか）
・こまめに換気をしましょう。
・ヒーターや加湿器でのやけどに気を付けましょう。
　（柵をする、手の届かない所に置くなど）
・ホットカーペットでの低温やけどに気を付けましょう。

【服装】着せすぎていないかな

・赤ちゃんは体温調節が未熟で、大人より体温が高めです。
　厚着にならないよう気を付けましょう。
　（厚着や寒暖差が原因で体調を崩すことがあります。
　顔が赤くなっていないか、汗をかいていないかこまめに
　チェックし、気温に応じて服装を調整しましょう）

【感染症対策】風邪をひかないために

・おでかけは、できれば比較的暖かい時間帯を選ぶと良いでしょう。
・手洗いが難しい時は、濡れタオルで手を拭くなどの対策をしましょう。
・冬でも脱水になることがあります。こまめな水分補給をこころがけましょう。
・体調がすぐれないときは、早めに医療機関を受診しましょう。

令和7年12月 スケジュール

月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT	日 SUN
1 ・園庭開放 長島中部保育所 9:30～11:00 ・すくすく離乳食教室 後期・完了期 13:30 くわなメディアライヴ 要予約 ・ののちゃんクラブ 保健師 10:00～11:00 要予約	2 ・あおぞら出前保育 立花公園 9:30～11:30 ・園開放 陵成幼稚園 10:00～11:30 ・すくすく離乳食教室 初期・中期 13:30 くわなメディアライヴ 要予約	3 ・園庭開放 深谷保育所 9:30～11:00 ・あおぞら出前保育 老松公園 10:00～11:00 要予約	4 ・園庭開放 多度保育所 9:30～11:00 ・園開放 陽和幼稚園 10:00～11:30 要予約 ・あおぞら出前保育 貝殻谷公園 9:30～11:30 ・おはなし会 中央図書館 11:00	5 ・園庭開放 厚生館別館保育所 9:30～11:00 ・おひざでえほん 多度文学館 10:30	6 ・おはなし会 中央図書館 14:00 長島輪中図書館 11:00	7
8 ・園開放 光陵幼稚園 10:00～11:30 ・大型遊具であそぼう おもちゃ病院くわな 総合福祉会館 10:30～14:00	9 ・赤ちゃん広場 ぽかぽか 13:30～15:00 要予約 ・あおぞら出前保育 星川公園 9:30～11:30 ※城東保育所の園庭開放は園行事の為お休みです	10 ・あおぞら出前保育 長慶公園 9:30～11:30 ・園庭開放 桑陽保育所 9:30～11:00	11 ・キッズサロン スター21 9:30～11:30 ・あおぞら出前保育 貝塚公園 9:30～11:30 ・園庭開放 厚生館保育所 9:30～11:00 ・園開放 長島幼稚園 9:30～11:00 要予約 ・出前保育 戸津集会所 9:30～11:30 ・おはなし会 長島輪中図書館 11:00 厚生館保育所の園庭開放は光風幼稚園で行います	12	13 ・パパサロン ののちゃんルーム 9:00～11:30 ・おはなし会 中央図書館 14:00 多度文学館 14:00 長島輪中図書館 11:00	14
15 ・園庭開放 長島中部保育所 9:30～11:00	16 ・あおぞら出前保育 立花公園 9:30～11:30	17 ・キッズサロン 七和まちづくり拠点施設 9:30～11:30 ・子育てサロンひだまり 深谷保育所 9:30～11:00 要予約	18 ・園庭開放 多度保育所 9:30～11:00 ・あおぞら出前保育 貝殻谷公園 9:30～11:30 ・おはなし会 中央図書館 11:00	19 ・園庭開放 厚生館別館保育所 9:30～11:00 ・育児相談 くわなメディアライヴ 10:00～11:00 要予約 ・おはなし会 中央図書館 11:00 ・いこいキッズサロン らいむの丘ヴィレッジセンター 10:00～11:30	20 ・おはなし会 中央図書館 14:00 多度文学館 14:00 長島輪中図書館 11:00	21
22 ・キッズサロン 城南まちづくり拠点施設 9:30～11:30	23 ・赤ちゃん広場 ぽかぽか 13:30～15:00 要予約 ・あおぞら出前保育 星川公園 9:30～11:30 ・園庭開放 城東保育所 9:30～11:00	24 ・あおぞら出前保育 長慶公園 9:30～11:30 ・園庭開放 桑陽保育所 9:30～11:00	25 ・あおぞら出前保育 貝塚公園 9:30～11:30 ・園庭開放 厚生館保育所 9:30～11:00 ・おはなし会 長島輪中図書館 11:00	26	27 ・おはなし会 多度文学館 14:00 長島輪中図書館 11:00	28 子ども・子育て応援センター「ぽかぽか」は点検日の為、広場はお休みです。

公立保育所園庭開放

開催時間 9:30～11:00
厚生館保育所 0594-22-2009
厚生館別館保育所 0594-22-1077
深谷保育所 0594-29-113
桑陽保育所 0594-22-842
城東保育所 0594-22-851
多度保育所 0594-48-478
長島中部保育所 0594-41-103

あおぞら出前保育

開催時間 9:30～11:30
貝塚 0594-22-8514 城東保育所
長慶 0594-29-1135 深谷保育所
立花 0594-22-8428 桑陽保育所
星川 0594-32-5676 ぽかぽか
貝殻谷 0594-48-6561 耕逸山たどこども園

※老松公園 10:00～11:00 要予約
長寿認定こども園 0594-23-2044

公立幼稚園 園庭・園開放

園によって開催時間が異なります
園庭・園開放一覧表をご覧ください
陽和幼稚園 0594-21-4528
成徳南幼稚園 0594-22-6089
明正幼稚園 0594-21-3347
光陵幼稚園 0594-31-3245
陵成幼稚園 0594-23-7931
長島幼稚園 0594-42-1352

子育てサロンひだまり

深谷保育所 開催時間 9:30～11:00 要予約
電話受付 平日 8:30～17:15
0594-29-1135

赤ちゃん広場

子ども・子育て応援センター
「ぽかぽか」 要予約
13:30～15:00
問合せ 0594-32-5676 申し込み

パパサロン ののちゃんくらぶ

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」
問合せ 0594-48-6561

キッズサロン

七和まちづくり拠点施設 9:30～11:30
0594-25-3515 にこにこ
城南まちづくり拠点施設
0594-84-6039 キラキラ
スター21
0594-32-5676 ぽかぽか

いこいキッズサロン
らいむの丘ヴィレッジセンター
10:00～11:30
0594-25-2003

戸津集会所 9:30～11:30
御衣野集会所 9:30～11:30
0594-48-6561
ののちゃんルーム

【子育て支援センター 年末年始休み】

子ども・子育て応援センター「ぽかぽか」	12月28日（日）	～	1月3日（土）
子ども・子育て応援センター「キラキラ」	12月28日（日）	～	1月4日（日）
子育て支援センター「にこにこ」	12月29日（月）	～	1月3日（土）
子育て憩いの広場	12月28日（日）	～	1月4日（日）
子育て支援センター「ののちゃんルーム」	12月20日（土）	～	1月4日（日）
子育て支援センター のんのん	12月26日（金）午後～		1月4日（日）
地域子育て支援センター そよかぜ	12月27日（土）	～	1月5日（月）

おはなし会

中央図書館 0594-22-0562
ふるさと多度文学館 0594-48-7000
長島輪中図書館 0594-41-1044

詳細は
図書館カレンダーを
ご覧ください

すくすく離乳食教室

くわなメディアライヴ
要予約 13:30～
問 0594-24-1380

育児相談

くわなメディアライヴ
要予約 10:00～
問 0594-24-1380