

猛暑続きの8月でしたね。9月も残暑が厳しいので睡眠や休息、食事や水分補給に気をつけ体調を崩さないようにしましょう。

台風、水害、地震などもしもの時に備え、水や食料など最低限必要なものは備えておきたいものです。

また、万一の場合を想定して避難場所も考えておきましょう。

＜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](mailto: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 母子モからもご覧いただけます。

母子モ QR コード



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



## 防災週間(8月30日~9月5日)

9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。もしもの時に備え、非常食や水、ラジオ、懐中電灯などを用意しておきましょう。

また、お子さんにも火事や地震が起こったらどのように行動するのか、煙を吸わずに逃げる方法や地震の時は机の下に隠れる(ダンゴムシポーズ)など、日頃から繰り返し話し緊急時に備えるようにしましょう。



おうちの中にも事故やけがを招く危険物がたくさんあります。事故を防ぐために、確認をしてみましょう。

- ・子どもの手の届く場所に置いてはいけない物  
(薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、包丁などの刃物、針、子どもが飲み込める大きさの細かい物など)
- ・踏み台になる物はベランダに置かない
- ・コンセントなどをいたずらできないようにする
- ・遊び食べに注意する(食べ物が喉に詰まることがある)
- ・浴室には子ども1人で勝手に入れないよう工夫する

### ～チャイルドマウス～

子どもの口の中に入る大きさの目安はトイレトペーパーの芯の径(約3.9cm)とされています。気をつけましょう。

### ◎非常用品について

もしものとき、すぐに取り出せるよう、決まった場所に用意しておきましょう。また、定期的の中身のチェックをし、水や食料品など、期限切れも確認しましょう。



## = 子育て講座のご案内 =

講座の申し込みは、下記の最寄りの支援センターへ来館の上、お申し込み下さい。

- \*子ども・子育て応援センター「ぼかぼか」
- \*子ども・子育て応援センター「キラキラ」
- \*長島地域子育て支援センター
- \*桑名市地域子育て支援センター「にこにこ」

(新型コロナウイルスの感染症防止対策により、中止となる場合があります。)

### 9月24日(木) 「バレトン」 (講師 丹羽恭子さん)

【対象】未就園児の保護者12名(託児12名まで)  
託児は申込時生後3か月からお受けします  
【場所】長島福祉健康センター  
教養娯楽室・集団指導室  
【時間】10:00~11:00  
【持ち物】お茶・バスタオル  
【託児の持ち物】名札・オムツ・着替え・お茶  
タオル(赤ちゃんはバスタオル)

◎参加申し込み・・・9月10日(木)~9月17日(木)

### 10月7日(水) 「赤ちゃんマッサージ」 (講師 西脇実和子さん)

【対象】生後3か月から8か月くらいまでの未就園の赤ちゃんと保護者 8組  
【場所】子ども・子育て応援センター「キラキラ」  
たけのこ広場  
【時間】13:30~14:30  
【持ち物】バスタオル・レジャーマット・着替え  
オムツ・手に持てる程度の玩具

◎参加申し込み・・・9月24日(木)~10月1日(木)



### キラキラ講座 「子育て 私育て」～元気の源を探してエネルギーチャージ～

子どもが中心の毎日って、楽しい反面…  
「子どもは可愛いけど、毎日は大変。正直イラッとする」「独身のように自由になりたい」  
…なんて時はありませんか？

「〇〇ちゃんママ」を脱いで、ひとりの「私」になる60分。  
ママたちとの対話や簡単なワークから、あなただけの元気の源を探り、もっと元気になりましょう。  
お気軽にご参加ください。(新型コロナウイルスの感染症防止対策により、中止となる場合があります。)

リーダー：谷脇 まゆみさん (2児の母。米国CTI認定プロコーチ、研修講師)  
定員：10名(託児あり)  
申し込み締め切り：9月3日(木)  
日時：9月8日(火) 10:10~11:10  
場所：桑名市子ども・子育て応援センター「キラキラ」たけのこ広場

申し込み先：桑名市子ども・子育て応援センター「キラキラ」窓口に直接または電話でお申し込みください。  
(TEL 0594-84-6039)



### 子育て支援課

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

### 福祉なんでも相談センター

子育てに関することも気軽にご相談ください。  
火曜日~日曜日(月曜の祝日は開所)  
9:00~17:00  
大山田コミュニティプラザ1階  
TEL(0594)41-2114  
FAX(0594)41-2174

### 桑名市

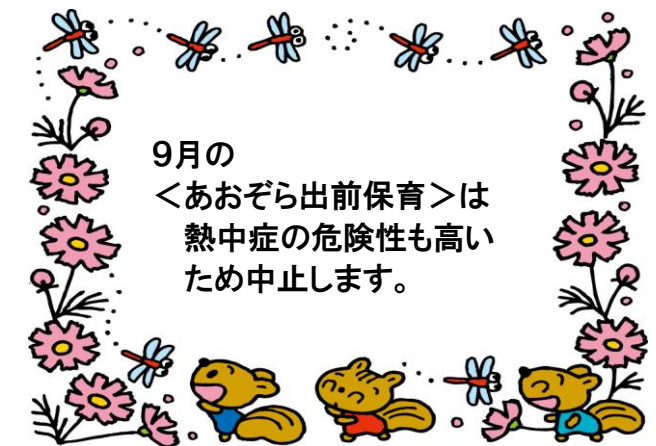
子ども総合相談センター  
お子さまのことで、ご心配なことがありましたらご相談ください。  
TEL(0594)24-1298  
FAX(0594)22-7811



# 9月のすくすくスケジュール

公立保育所園庭開放・幼稚園開放・キッズサロン  
(大山田・七和・城南)はお休みです。

月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)	日 (SUN)
新型コロナウイルス感染症対策のため、状況により予定のものが中止となる場合がありますのでご了承ください。						
<p>申込は子育て支援課へ (0594-24-1380)</p>	<p>1</p> <p>・すくすく離乳食教室 【初期・中期】13:30~15:00 <b>要予約</b> (くわなメディアライブ2階) ゆめはま文庫出張貸出</p>	<p>2</p> <p>助産師・管理栄養士 各先着5名まで 受付は当日9:15から</p>	<p>3</p> <p>・おはなし会(中央図書館 11:00~)</p>	<p>4</p>	<p>5</p> <p>・おはなし会 (中央図書館 14:00~) (長島輪中図書館 11:00~16:00 予約制)</p>	<p>6</p>
<p>7</p> <p>・子育て講座「リミックあそび」 (多度すこやかセンター) 10:00~ ・おはなし会(中央図書館) 11:00~ ・おもちゃ病院(総合福祉会館) 10:30~14:00 (大型遊具であそぼ!はおやすみです) ・なかよし広場 10:00~11:00 (たどこども園子育て支援センター)</p>	<p>8</p> <p>・赤ちゃん広場(キラキラ) <b>要予約</b> 13:30~15:00</p> <p>申込はお電話か 直接窓口で</p> <p>・なかよし広場 10:00~11:00 (たどこども園子育て支援センター)</p>	<p>9</p> <p>・子育て何でも相談室 9:30~11:15 (ぼかぼか相談室)</p> <p>・なかよし広場 10:00~11:00 (たどこども園子育て支援センター)</p>	<p>10</p> <p>・赤ちゃんタイム (長島輪中図書館10:00~12:00)</p> <p>・子育て講座「パレトン」申し込み開始</p> <p>・なかよし広場 10:00~11:00 (たどこども園子育て支援センター)</p>	<p>11</p> <p>・なかよし広場 10:00~11:00 (たどこども園子育て支援センター)</p>	<p>12</p> <p>・おはなし会 (中央図書館14:00~) (長島輪中図書館 11:00~16:00 予約制)</p> <p>・幼児向けおはなし会 (長島輪中図書館 14:00~)</p>	<p>13</p> <p>・おはなし会 (中央図書館 11:00~)</p>
<p>14</p> <p>申込は子育て支援課へ (0594-24-1380)</p>	<p>15</p> <p>・すくすく離乳食教室 【後期・完了期】13:30~14:30 <b>要予約</b> (くわなメディアライブ2階) ゆめはま文庫出張貸出</p>	<p>16</p>	<p>17</p> <p>・おはなし会(中央図書館 11:00~)</p>	<p>18</p> <p>・育児相談 10:00~11:00 (くわなメディアライブ 2階) 予約不要</p> <p>・おはなし会(中央図書館) 11:00~</p>	<p>19</p> <p>・おはなし会 (中央図書館 14:00~) (長島輪中図書館 11:00~16:00 予約制)</p>	<p>20</p>
<p>21</p>	<p>22</p>	<p>23</p> <p>・離乳食・栄養相談 10:00~11:30 (キラキラ)</p>	<p>24</p> <p>・子育て講座「パレトン」10:00~ (長島福祉健康センター)</p> <p>・赤ちゃんタイム (長島輪中図書館 10:00~12:00)</p> <p>・子育て講座「赤ちゃんマッサージ」 申し込み開始</p>	<p>25</p>	<p>26</p> <p>・おはなし会 (中央図書館14:00~) (長島輪中図書館 11:00~16:00 予約制)</p>	<p>27</p>
<p>28</p> <p>・おはなし会(中央図書館)11:00~</p>	<p>29</p>	<p>30</p>	<p>くわなメディアライブ2Fに 移転しています</p>			



9月の  
〈あおぞら出前保育〉は  
熱中症の危険性も高い  
ため中止します。

## 8月、9月は大雨・台風の多い季節です。 早めの避難行動を!

乳幼児を抱えている家族は迅速な行動が  
とりにくいものです。  
防災気象情報などを有効に活用して早め  
早めの防災行動をとるようにしましょう。

警戒レベル5	命を守るための最善の行動を
警戒レベル4	全員速やかに避難しましょう
警戒レベル3	避難に時間を要する人と支援者は避難をしましょう。
警戒レベル2	避難行動を確認しましょう
警戒レベル1	災害への心構えを高めましょう

乳幼児がいるご家庭は  
警戒レベル3で  
避難しましょう!



## 市内子育て支援センター案内

ご利用の前に検温・手指消毒を  
させていただきます。大人は  
マスクの着用をお願いします。

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

**長島地域子育て支援センター**  
(長島福祉健康センター2F)

9月7日(月)午前 開いています

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...第1月曜日  
第3月曜日の午前  
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「ぼかぼか」**

かるがも広場・わんぱく広場  
【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 9:00~11:30  
13:00~16:00

TEL(0594)32-5676  
FAX(0594)32-5677

**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 9:00~11:30 13:00~15:30

●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

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

★利用時間 10:00~17:00

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)

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&FAX(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