

11月おたより

秋から冬へとかわりゆくこの頃。肌に触れる風もだんだんと冷たくなり、晩秋の気配が感じられるようになりました。
伊江村子育て支援センターの講師を招いてのイベントは年内最後となります。ラインやホームページからも受付募集していますのでお気軽にお問い合わせ下さい。

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
26	27	28	29	30	31	1 (休)
2	3 文化の日	4	5	6	7 	8 (休)
9	10	11 	12	13 	14	15 (休)
16	17 	18	19	20	21 ベビー マッサージ	22 (休)
23 勤労感謝 の日 30	24 振替え 休日	25	26	27	28 体軸 抱っこ講座 午後閉所	29 (休)

★イベント情報★

ベビーマッサージ
講師：金城いつきさん
日程：11月21日(金)
時間：10時～11時半
場所：子育て支援センター
定員：5組(先着順)
持ち物：バスタオル・飲み物
参加費：オイル代100円



体軸・抱っこ講座
講師：新垣沙弥香さん
日程：11月28日(金)
時間：10時～11時半
場所：子育て支援センター
定員：5組程度(先着順)



『温める』も立派な調理！ 気負わず離乳食にトライ

離乳食は、「飲む食事」から「かんで食べる食事」へ移るための練習期間と言えます。月齢ごとに離乳食の大まかな目安を紹介します♪

- ★5～6カ月頃…ゴックン期
離乳食は1日1回。ポタージュ状のトロトロ
- ★7～8カ月頃…モグモグ期
離乳食は1日2回。絹ごし豆腐くらいのふわふわ
- ★9～11カ月頃…カミカミ期
離乳食は1日3回。指でつぶせるバナナくらい
- ★1才～1才6カ月頃…パクパク期
やわらかい肉だんごくらい

～今月の利用状況～

- ★全体… 30組
- ★栄養士さんとゆんたく会
&アロマタッチ会… 4組
- ★産後ママトレーニング 4組

今月の製作

今年も残り2ヶ月！そこで、11月・12月は年賀状作りを行います♪赤ちゃんも一緒にスタンプをポンポンと押して、写真(2枚ほど)を貼り製作していきます。我が子の成長や日頃の感謝の気持ちを手書きで伝えてみませんか？



※元日に届くよう、支援センター員がポスト投函を行います！



#伊江村子育て支援センター
イベント予約や、通常利用の予約等
LINEで受け付けます♪
お便り・イベント情報・普段の様子
もチェックしてくださいね★

11月の様子



ハロウィン企画★
お菓子取りゲームに挑戦

栄養士さんとゆんたく会&アロマタッチ会



優しいアロマの香りに
包まれながら、心地良さを
五感で感じるママさん。
普段の離乳食への不安も
栄養士さんに相談すること
で安心へと変わりました♡

産後ママトレーニング



正しい情報を「入手」
「理解」「評価」し
「活用」して
いく事が大切！
ひとり一人のペースに
合わせて、トレーニング
していきましょう♪
程よい負荷をかけながら
最後はストレッチで
全身をほぐしていきましょう。