

「すくっぴータイム」ってなに?

ひろばのスタッフが手あそびの紹介や絵本の読みきかせをします。時には体操をすることもあります。
時間は10:45~11:00頃、週に2~3回程度を予定しています。

遊びにきた時に
「すくっぴータイム」に
出会えるかも…。
一緒に楽しみましょう!!



～ どこでもハッピー ～ (大代地区公民館)

すくっぴーひろばのスタッフがすべり台やままごとなどのおもちゃを持っておじゃまします。
子育てコンシェルジュによる相談もできます。

日時：9月21日(木)・10月26日(木)
10:00~11:30(出入り自由)

場所：大代地区公民館
対象：乳幼児と保護者(地区外の方でもかまいません)
内容：おもちゃ遊びや保育士による絵本の読み聞かせ
わらべうた遊びなど



すくっぴーの ワンポイントアドバイス



早寝のためにできること

- 1 まずは早起きから**
遅く寝てしまっても、翌日は早く起こしましょう。夜も早く眠くなるので、布団に入りやすくなりますよ。
- 2 朝の光でスタート!**
カーテンを開けて太陽の光を浴びましょう。目覚めが促されて、脳も体も活動を始めます。
- 3 日中にしっかりあそぶ**
体を動かしてたくさんあそびましょう。心地よい疲れが夜の眠りを誘います。
- 4 午睡は15時半までに**
家で午睡をするときも、遅くても15時半までに終わらせて。夜の眠りに影響します。
- 5 お風呂はぬるめに**
熱いお風呂は、急激に体温が上がって目がさえてしまいます。お湯はぬるめにするのがポイントです。
- 6 入眠前の習慣づけを**
毎晩、眠る前に「おやすみの習慣」をつけましょう。絵本を読む、布団に入ってぎゅっと抱きしめるなどすると、眠りやすくなります。



「夜、なかなか寝てくれない」という相談がすくっぴーひろばでも多く聞かれます。
そんな時はスタッフまでお声掛けください。

イベント報告

～ すくっぴーみんな DE ファミサポ 夏祭り ～

7月27日 130人の親子がすくっぴーひろばの夏祭りを楽しみました。

第1部は『ファミリー・サポート・センターの紹介』

第2部は『夏祭り』

「さかなつり」「まとあて」「わなげ」の3つのコーナーにチャレンジし、ごほうびに手作りの時計やメダル、好きな色の「水ヨーヨー」をもらいました。

みんなとてもうれしそうでした。

トーンチャイムの素敵な演奏を聴かせてくださったファミサポ協力会員の皆さま
ありがとうございました。



～まとあて～

～さかなつり～

すくすくの芽

11月



ナルホド...

子どもは子どもなりに考えて行動しているんだよね。己だめで気づかされた出来事でした。



託児室より

初めて一時預かりを利用する時って心配なことも多いはず...

～ 利用する方の『よくある質問(食事編)』をまとめてみました～

Q: 昼食は「手作りのお弁当」を持ってくるの?

A: アレルギーの心配もあるので「食べたことのあるもの」であれば手作りで市販のものでも構いません。

Q: 「おやつ」を持ってきてもいいの?

A: はい。おやつは第4の食事と考えましょう。旬の果物やヨーグルト、おにぎりやパン、飲み物は牛乳や豆乳・お茶をおすすめしています。

【一時預かり(生後6か月~就学前)】

多賀城市民 1時間 700円(以降 30分毎に 350円)

他市町村の方 1時間 800円(以降 30分毎に 400円)

*仕事、通院、リフレッシュなど、理由は問いません。利用には事前に登録が必要です。



『子育てコンシェルジュ なんでも相談』

日時：9月28日(木)

9:30~15:30

(申込随時)

