

栗東市地域子育て 包括支援センターだより 令和2年3月号

編集発行
栗東市地域子育て包括支援センター（大宝東児童館内）
栗東市地域子育て支援センター治田東（治田東児童館内）
栗東市地域子育て支援センター金勝（金勝児童館内）
栗東市地域子育て支援センター（治田西カナリヤ第三保育園内）

朝晩の気温はまだ低いです、少しずつ春らしくなってきましたね。冬の間眠っていた花や木の芽が出てきたり、蝶が飛び始めたり・・・天気の良い日は散歩をしながら春探しをするのもいいですね！

地域子育て支援センター・児童館 開館日時

施設名	所在地	電話番号 (FAX)	開館日	開館時間
大宝東児童館 地域子育て包括支援センター	総二丁目4番5号 ウイングプラザ2階	551-2360 551-2370 (551-2330)	月～金	9:00～17:00
治田東児童館 地域子育て支援センター治田東	安養寺 190 番地	554-6115 (554-6116)	火・水・金 土	10:30～17:00 9:00～17:00
金勝児童館 地域子育て支援センター金勝	御園 983 番地	558-3527 (558-3527)	火・木・金	10:30～17:00
葉山児童館	高野 568 番地1	553-8796 (553-8796)	火・水・金	10:30～17:00
葉山東児童館	小野 480 番地1	552-6149 (552-6249)	火・木・金	10:30～17:00
治田児童館	目川 871 番地1	551-1431 (551-1431)	火・木・金	10:30～17:00
治田西児童館	小柿一丁目 10 番 10 号	554-1035 (554-1066)	火・水・金	10:30～17:00
大宝児童館	総六丁目 13 番 10 号	551-1950 (551-1950)	火・水・金	10:30～17:00
大宝西児童館	靈仙寺四丁目 2 番 66 号	552-7240 (552-7240)	火・木・金	10:30～17:00

※国民の祝日、年末年始は休館です。
※大宝東、治田東、金勝は4月から開館日が変わります。詳細は裏面をご覧ください。

◆相談日時◆（※日曜・祝日・年末年始はお休み）
相談時間 月～金曜日 9:00～17:00
Tel 551-2370（大宝東児童館内）
相談時間 火・水・金曜日 10:30～17:00
土曜日 9:00～17:00
Tel 554-6115（治田東児童館内）
相談時間 火・木・金曜日 10:30～17:00
Tel 558-3527（金勝児童館内）
相談時間 月～土曜日 8:30～17:00（来園の場合は9:00～）
Tel 553-3907（治田西カナリヤ第三保育園内）

子育ての悩み、気軽に話してみませんか？



◆子育て相談巡回予定◆ 10:45～12:00
火 大宝東児童館 大宝西児童館 治田児童館
水 大宝児童館 治田東児童館 葉山児童館
木 葉山東児童館
金 治田西児童館 金勝児童館 ※3月の巡回は13日(金)までです。

※ 相談は子育て全般、秘密は厳守します。専門的なことは専門機関を紹介します。
※ 今後、巡回曜日は変更する場合があります。

*～春のお出かけ ベビーカー編～

お出かけにかかせないベビーカー。正しい使い方を確認して春のお出かけを楽しみましょう！

チェック①：シートベルトがしっかり締まっていますか？

段差などがあると、衝撃で子どもの体が跳ねあがる場合があります。ベルトに緩みがないか、出発前にしっかり確認をしましょう。段差を乗り越えるときは、前輪を少し浮かせることもポイントです。

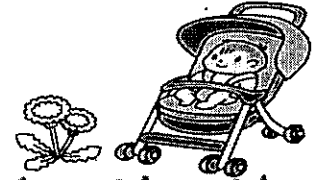
チェック②：劣化に気をつけましょう。
ベビーカーの使用期間は新規購入から5年が目安とされています。特に車輪は毎日の使用で劣化しやすい部分です。亀裂などがないか定期的に点検をしましょう。

チェック③：子どもの手や指が可動部分にかかっていませんか？

開閉時や背面と対面のハンドルの切り替え時に子どもの様子を確認しましょう。可動部分付近に手がかかっていると挟みこみの原因になります。ハンドルを操作する時は子どもの正面側から様子を確認しましょう。

チェック④：荷物の載せ方は適切ですか？
カゴ以外のところに荷物を載せたり、ハンドルに荷物をつると、バランスがくずれ不安定になり、転倒して子どもが落下するおそれがあります。カゴ以外のところに過度な荷重をかけないようにしましょう。

春は気温の高低差が大きいです、日よけや体にかけるブランケットなどを上手に利用して、お出かけがより楽しいものになるといいですね。



子育て講座

※ 本人（家族）分のみ、先着順にて受付、定員になり次第しめきります。
※ 講座の内容は市フェイスブックでも確認していただけます。

◆リトミック◆

日時&場所：3月19日（木）大宝東児童館
10:30～11:30

内容：「リズムにのって楽しく表現しよう！」
講師：リトミック研究センター
滋賀第一支局職員

対象：市内在住の未就園児親子
定員：25組 参加費：無料
持ち物：筆記用具とお茶など各自必要と思われるもの
申込期間：3月10日（火）9:00～（時間厳守）
先着順で定員になり次第しめきります。

申込み・問合せ：生涯学習課
TEL：551-0145 ※電話、メールにて受付
メール：syogaigakusyu@city.ritto.lg.jp



耳の日

「3」は耳の形に似ていることなどから3月3日は耳の日と言われています。子どもは耳の病気にかかりやすいので日ごろからお子さまの様子をよく観察しましょう！

- 《大切な耳を守るために気をつけたいこと！》
- ・鼻水をすすらず、かむ習慣をつける
 - ・鼻水は、ゆっくりと片方ずつかむ
 - ・耳の近くで大きな声や音を出さない
 - ・耳をたたかない

♡チューリップの花言葉♡

たくさんある3月の花の一つがチューリップです。春の訪れを感じさせてくれるチューリップの花言葉は「思いやり」。みんなの心に思いやりの花が咲きますように。



★0歳児★
平成30年4月2日以降生まれ

★1歳児★
平成29年4月2日～
平成30年4月1日生まれ

★2・3歳児★
平成27年4月2日～
平成29年4月1日生まれ

◆児童館 3月の設定活動日程◆ ※詳細は各児童館にてお知らせします。

児童館	日にち	時間	対象	活動内容	持ち物	申込み
金勝児童館	6日(金)	14:15~15:00	3~5歳児親子	おりがみタイム「メダル」	あり	あり
	13日(金)	10:45~11:30	0~3歳児親子	おたのしみ会	あり	あり
	24日(火)	13:30~15:00	小学生	おたのしみ会「カロム大会」		あり
葉山児童館	4日(水)	10:45~11:30	0~3歳児親子	おたのしみ会	あり	あり
	13日(金)	14:30~15:00	3~5歳児親子	おりがみタイム「メダル」	あり	
葉山東児童館	10日(火)	14:15~14:45	3~5歳児親子	おりがみタイム「ちょうちょ」	あり	
	12日(木)	10:45~11:45	0~3歳児親子	おたのしみ会	あり	あり
治田東児童館	6日(金)	14:30~15:00	3~5歳児親子	おりがみタイム「紙てっぽう」		
	13日(金)	10:45~11:30	0~3歳児親子	おたのしみ会	あり	あり
治田児童館	12日(木)	10:45~11:45	0~3歳児親子	おたのしみ会	あり	あり
治田西児童館	13日(金)	10:45~11:30	0~3歳児親子	おたのしみ会	あり	あり
大宝児童館	13日(金)	10:45~11:30	0~3歳児親子	おたのしみ会	あり	あり
大宝東児童館	11日(水)	10:45~11:15	0歳児親子	おたのしみ会	あり	あり
	13日(金)	10:45~11:30	1~3歳児親子	おたのしみ会	あり	あり
大宝西児童館	10日(火)	10:45~11:30	0~3歳児親子	おたのしみ会	あり	あり

※ 各児童館の設定活動は、準備の関係上定員を設けております。
 ※ 持ち物、申込みが「あり」の場合は、各館にて詳細をお問い合わせください。
 ※ 電話での申込みはできません。来館にてお申込みください。
 ※ 幼稚園・幼児園（短時部）・小学校の長期休業期間は「なかよしタイム」「みんなあつまれ」などの活動はお休みです。

《4月から下記センター（児童館）の開館日が変わります。》

- ・地域子育て包括支援センター（大宝東児童館内）は月曜日から土曜日まで開館します。
(9:00~17:00)
 - ・地域子育て支援センター治田東（治田東児童館内）は月曜日から金曜日（10:30~17:00）、および土曜日（9:00~17:00）に開館します。
 - ・地域子育て支援センター金勝（金勝児童館内）は火、水、木、金曜日に開館します。
(10:30~17:00)
- ※ただし、他の児童館とともに国民の祝日、年末年始は休館です。

子どもといっしょに楽しむ
『ベビーヨガ®』あそび

「ベビーヨガ®」ってなあに？

抱っこや寝かしつけなど、自然な触れ合いのなか
に日本古来の育児法やヨガの要素を取り入れた動き
で、子どもの心身を整えます。
大人の腰痛や冷え症改善の効果も期待できます。

体の負担を和らげる
らくらくヨガ抱っこ

古武術の知恵を生かした、長時間でも疲れにくい抱っこ。体の使い方を意識して、疲れにくく楽しい抱っこを楽しみましょう。

- 1 大人は子どもを縦抱きにし、片腕の外側に子どものお尻を乗せて支えます。
- 2 子どものお尻を乗せた手で、もう片方の腕の内側をつかみます。
- 3 子どもの背中に手を添えて支えます。長時間抱いても腕や肩、腰への負担がかりにくくなります。



アレルギー症状軽減ヨガセラピー

首と鼻のマッサージ

子どもにも花粉症が増えているといわれています。首の裏を温めて緊張をほぐしたり、小鼻を刺激することで鼻詰まりを改善したりして、不快な症状を軽減しましょう。

首のマッサージ

手のひらを温めてから行います。子どもの首の裏側に両手を当てて温めたり、指で優しくほぐしたりします。強い刺激はNG。

point!
首の裏側に
手のひらを当てて!



point!
指先で優しく
なでるように

鼻のマッサージ

子どもをマットや布団の上にあおむけに寝かせます。子どもの小鼻の横を指の腹で軽く押し刺激します。目を合わせながら、優しく言葉をかけながら行うようにしましょう。

