

# 子育て包括支援センターだより

令和8年3月号

編集発行

地域子育て支援センター大宝東  
地域子育て支援センター治田東  
地域子育て支援センター金勝



## イベント情報

### 離乳食講座

～離乳食の進め方について学びませんか？～  
日 時：3月4日（水）10：30～11：30  
10：20～受付  
場 所：治田児童館  
講 師：管理栄養士 谷 絵理奈 さん  
対 象：市内在住の3～10ヶ月の  
未就園児と保護者  
定 員：15組  
参加費：無料  
申込み：2月17日（火）から受付  
13：00～17：00

申込み・問合せ：  
子育て支援センター大宝東  
TEL 077-551-2370  
FAX 077-551-2330



### ★お知らせ

※申込みは電話・来館で先着順受付  
（土曜日を除く開館日）  
当日申込みは不可 1回の受付につき1組分のみ  
※飲料の持ち込みはお茶か水のみ  
※講座開催当日、午前7時に暴風警報・特別警報が  
発表された場合は、中止。  
※子育て支援事業の親子活動の様子を、栗東市の  
子育て支援広報活動を目的とし、HP や SNS 等  
インターネット上に広く掲載させていただく場合  
があります。職員が写真や動画を撮影させていた  
だきます。ご了承ください。掲載にあたりご不明  
な点や相談がございましたらお知らせください。

### 子育てについて気軽に話してみませんか？

子育て支援センターでは、育児、子どもの発達や健康、遊び、仲間づくりなど子育てについての相談を受け付けています。「子育てについて話を聞いてほしいな」「困ったな」と思ったときは、気軽に相談してくださいね。一緒に話をしましょう。

#### 子育て支援センターで相談を受け付けています

【相談場所】

地域子育て支援センター大宝東	月～土曜日	10：00～17：00	TEL077-551-2370
地域子育て支援センター治田東	月～土曜日	9：00～17：00	TEL077-554-6115
地域子育て支援センター金勝	火～金曜日	10：30～17：00	TEL077-558-3527

※子育て相談は、開館から16時まで受け付けています。（土曜日を除く）  
※子育て相談員が不在の場合もあります。（電話等で事前予約をすることもできます）  
※相談は子育て全般、必要に応じて専門機関を紹介します。秘密は厳守します。

各児童館では、巡回相談を行っています。日程は児童館だよりに掲載しています。  
（児童館だよりは、栗東市のホームページ、  
栗東市子育てアプリくりなびでもご確認いただけます）



### 子育て講座「フォト教室」を開催しました(2月4日)



フォトグラファー長岡由美さんをお迎えして、スマートフォンで子どものかわいい瞬間をとるコツを教えて頂きました。  
「よく動く子どもをどうしたら上手く撮れるのか、フォトグラファーに直接聞くことができ良い機会でした。」「写真の構図を意識することや写真の整理、データ保存の仕方を知ることが出来て勉強になった。」など参加者から喜びの声がありました。



### こんな相談がありました・・・



なかなか体重が増えないので心配です。  
離乳食は月齢に合わせてグラム数を測って  
食べさせていて、母乳も出ているのに  
どうしたらいいのかな？（10ヶ月）

ワンオペでお風呂に入っています。自分の  
体を洗う時は、赤ちゃんはどうやって待た  
せたらいいのかな？（6か月）

- ・脱衣所を温め、バスマットの上で寝かせて待たせることも一つの方法です。また、お風呂の中で待たせる場合はバスタオルなどを使用すると便利です。（難しい場合は、大人の髪や顔は後でできる時に洗う）
- ・風呂から上がったらずきに服を着られるようにおむつやタオルを準備しておきましょう。
- ・大人が洗髪中などに目を離す時は、子どもは湯船から出しましょう。

♡育児の方法は、子どもによって違います。些細な悩みでも人に話すことで気持ちが楽になったり、良い方法が見つかったりすることがあります。

子育て支援センターに遊びにきてお話ししませんか？

\*お子さんの様子を見てみましょう。機嫌がよく元気があり排泄も順調なら、焦らずゆったりと食事の時間を楽しみましょう！

#### 離乳食をもっと欲しがっている様子であれば・・・

- ・子どもの食べる様子に合わせて、お粥の水分量を減らしてみよう。
- ・食材の量を増やしてみよう。増やす場合は、お粥などの炭水化物（エネルギーになるもの）を増やしましょう。
- ・たんぱく質を標準量より増やすことは、内臓への負担を考えて控えましょう。

### おすすめ絵本

#### 「かえるがぴょこっ」

ほるぷ出版  
文 すどうあさえ  
絵 さとうあや



冬眠から目覚めたかえる、りす、かめ、ちょうはともだちを起こしにでかけます。「ぴょんぴょん ちょうちょう のっそり ひらり。」誰を起こしに行くのかな？春の始まりをみんなでよろこぶお話です。



#### 「だいきぎゅっぎゅっ」

岩崎書店  
文 フィリス・ゲイシャイト  
絵 デイヴィット・ウォーカー  
訳 福本友美子

朝ごはんを食べた後にぎゅっ！  
本を読んだ後ぎゅっ！お散歩をした後にぎゅっ！何度も坊やを抱きしめます。  
親子の愛着が感じられるお話です。