



軽井沢町子育て支援センターだより

令和7年

うるぱる11月号

軽井沢町大字長倉2859-3

☎0267-45-5744

日	月	火	水	木	金	土
	○…日曜・祝日は休館です 子育てダイヤル…随時行っています		♪ ♪ ♪	♪ ♪ ♪	♪ ♪ ♪	1
2	3 文化の日	4 ひなびよ リズムあそび おねえねアート	5 ひなびよ	6 ひなびよ	7 おはなし でこい	8
9	10	11 ひなびよ 作ってあそぼう	12 ひなびよ	13 ひなびよ ハッピーバースデー	14	15
16	17	18 ひなびよ リズムあそび おねえねアート	19 ひなびよ	20 ひなびよ	21 おはなし でこい	22
23 30	24 振替休日	25 ひなびよ 子育て講演会	26 ひなびよ	27 ひなびよ	28	29



子育て支援センター「うるぱる」は、お父さんをお遊ばせながら、子育てに関する相談や情報交換など、親子同士の交流を楽しんでいただける場所です。

※開館時間は 9時30分～16時です。12時～13時の間は、消毒・清掃を行っています。

※ご利用できる方は、町内に住所がある未就学児及び保護者です。

※里帰りの方も、ご利用いただけます。

※日曜・祝日は休館です。

※水分補給の飲み物をお持ちください。(水又は麦茶)

ひなびよベビー相談

毎週(火)(水)曜日 9時30分～12時

13時～16時

毎週(木)曜日 9時30分～12時

お父さんをお遊ばせながら産後の悩み・不安のご相談に助産師が応じます。お気軽にお声かけください。

子育てダイヤル ☎45-5744

保健師・管理栄養士・保育士が随時育児相談をお受けしています。来所時にお声かけいただくか、お電話でご連絡ください。



子育て講演会

《予約制》

〈演題〉ベビーエクササイズ

〈日時〉11月25日(火)

10時30分～11時30分

〈講師〉リトミック研究センター

高林 愛里 先生

〈対象〉6ヶ月～12ヶ月

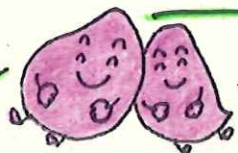
〈お持ち物〉バスタオル・飲み物

〈申込み〉11月1日(土)～22日(土)



赤ちゃんとのスキンシップを楽しみ、心身の発達を促します！親子でリラックスタイムを





保健師さんのミニミニ話「絵本の読みかせは必要？」

「絵本はいつから読めばいいですか?」「赤ちゃんに絵本読んであげてもわからないですよね?」などの質問をされることよくあります。絵本はいつから読めば良いでしょうか? また読みかせは本当に必要なのでしょうか? 今回は読み聞かせについて考えてみたいと思います。

読み聞かせの効果は、①親子のコミュニケーションやスキンシップの時間・②五感を刺激し、言葉の理解が進み、脳への発達を促す・③安心できる声を聴くことで情緒の安定を回り、「楽しい」「うれしい」などの1つの成長を促す・④好奇心の芽生えや想像力をはぐくむ・⑤集中力を高めると言われています。

月齢による目安とポイントとして、妊娠5ヶ月頃からは、お母さんと赤ちゃんの心を通わせる時間として、お母さんがリラックスして、楽しむのがいいでしょう。生後すぐから3ヶ月頃までは音やリズムが楽しい絵本を、赤ちゃんの反応を見ながら語りかけてあげましょう。3ヶ月～6ヶ月頃までは、絵本に興味を持ち始める頃になります。繰り返しのフレーズや擬音語が多い絵本がお勧めです。お座りができるようになれば、膝の上で読み聞かせすることで、スキンシップを取りながら楽しめます。読あじのポイントは「無理に読もうとせず、親子のコミュニケーションの時間」と思い始めてみましょう。絵本を触ろうとしたり声を出しにりするのには興味を持っているサインです。めくるだけでもOKです。内容が分かっていなくても、お母さんの心地よい声を聴くことで、情緒の安定が図れます。なるべくにも、たくさんの絵本がありますので、遊びに来て読んでみてください。これから寒い季節になり、なかなかお外に出られない日が増えてきます。お気に入りの絵本を見つけて、親子の時間を楽しみましょう。

リズムあそび

11月4日(火)・11月18日(火)

10時30分～10時45分・14時～14時15分

親子で簡単なわらべ遊び・ふれあい遊びを楽しめます。お子さんの様子に合わせて無理なく参加ください。



1作ってあそぼう

11月11日(火) 10時30分～11時

14時～14時30分

「クリスマスリースを作ろう」



紙皿と折り紙、シールを使って、かわいいクリスマスリースを作ります。

身近な素材を使って親子で作る楽し!

ハッピーバースデー

11月13日(木)

10時～12時・13時～15時

11月うまれのお子さんにバースデカードをプレゼントします! 記念に手型・足型をとり身長・体重を測りましょう。

おねんねアート

11月4日(火)～11月7日(金)

11月18日(火)～11月22日(土)

10時～12時と13時～15時

季節のペールをバックに写真を撮って記念に残そう! 今月は「年賀状」

お子さんの成長をハッキリ

おはなしててこい

11月7日(金)・11月21日(金)

10時30分～10時45分

0～3歳児さんにおすすめの絵本や紙芝居をご紹介します。大好きな一冊を見つけるきっかけにご利用ください!

