



軽井沢町子育て支援センターだより

令和7年

るるる 12月号

軽井沢町大字長倉2859-3 ☎0267-45-5744

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 ひよひよ おねねアート リズムあそび	3 ひよひよ	4 ひよひよ	5 おはなしでこい	6
7	8	9 ひよひよ 作ってあそぼう	10 ひよひよ	11 ひよひよ	12	13
14	15 おはなしでこい	16 ひよひよ 子育て講演会	17 ひよひよ	18 ひよひよ ハッピーバースデー	19	20
21	22	23 ひよひよ おねねアート リズムあそび	24 ひよひよ	25	26	27
28	29	30	31	ひよひよ...ひよひよベビー相談 子育てダイヤル...随時行っています ○...日曜・祝日は休館です		

子育て支援センター「るるる」は、お子さんを遊ばせながら、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。

～12月28日(日)～1月4日(日)は休館日です～

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)

★ 子育て講演会 ★

《予約制》(定員10組)

【演題】 離乳食について

【日時】 12月16日(火)

10時30分～11時30分

【講師】 子育て支援センター 管理栄養士

〈対象〉 1歳未満児とその保護者

〈申込み〉 12月1日(月)～15日(月)

★ 食べやすい離乳食メニューや
口の発達について など

🎁 ひよひよベビー相談 🎁

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

お子さんを遊ばせてあげながら、産後の悩み・不安の
ご相談に助産師が応じます。お気軽にお声がけ
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。来所時にお声がけいただくか
お電話でご連絡ください。

助産師さんのミニミニ話

“絵本の読み聞かせは必要？” パート2



11月号に引き続き、おなかの中の赤ちゃんにとっての読み聞かせについてお話ししたいと思います。

胎教は、胎動を感じ始める5ヶ月頃から始めると良いと言われています。5ヶ月の赤ちゃんは、グレープフルーツ1個(約250g)の大きさですが、このころになると耳の機能が発達をはじめ、次第に外の音を認識できるようになってきます。

はじめは、ママの心臓の音や声、7ヶ月頃になるとママ以外の人の声を区別できるようになるそうです。このように成長していくおなかの中の赤ちゃんにとっての読み聞かせには、ママやパパ、兄弟、家族とのコミュニケーションや愛情を育む効果がありますので、ぜひお家の人みんなが赤ちゃんに語りかけながら読み聞かせをしてください。

ママにとって読み聞かせが、心地良くリラックスしてできることも大切です。

ママがリラックスできているということは、緊張がほぐれ呼吸や心臓の鼓動もゆったりとして血流も良くなるということ。

こんなママのおなかの中だったら赤ちゃんも心地良いはずですよ。

最後に本を選ぶポイントですが、1番は“ママがリラックスできる本”です。

生まれてからも一緒に読めるお気に入りの絵本をぜひみつけてみてくださいね。

リズムあそび

12月2日(火)・12月23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。

お家の方の優しい肌のふれ合いは、心の大切な栄養になります。



おはなしでこい

12月5日(金)・12月15日(月)

10時30分～10時45分

0～3歳児見さんにおすすめの絵本や紙芝居をご紹介します。

たくさん並べてある絵本の中から、大好きな一冊をみつけてみてください。



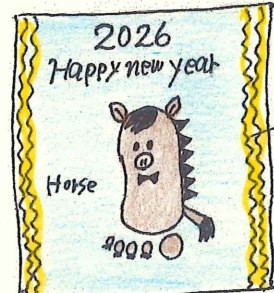
作ってあそぼう

12月9日(火)

10時30分～11時

14時～14時30分

※お子さんの足型で手作り年賀状アートを作ります



模様はゴロゴローラースタンプで作ります

ハッピーバースデー

12月18日(木)

10時～12時 ※ 13時～15時

12月うまれのお子さんにバースデイ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。

お誕生日のお子さんの親御さんはスタッフにお声がけください。

おねんねアート

12月2日(火)～12月5日(金) ※ 12月23日(火)～12月27日(土)

10時～12時 と 13時～15時

※お子さんの成長を写真に収めてくださいね

