

3月



つばさ子育て支援センターだより

2025年3月号



住所 山形市幸町11-3 (つばさ保育園内) 電話 023-634-6253

【開所時間】 月~土 9:00~12:00、13:00~16:30

【電話相談】 月~土 8:30~17:00

寒さも緩み始め、柔らかくて優しい日差しに春の訪れを感じるようになりました。

今年度も残すところ1ヶ月となりました。たくさんのお友だちが遊びに来てくれ、成長する姿をお家の方と共に喜び合うことができました。センターに来てくださった皆さんと一緒にイベントを楽しんだり、たくさんお話をしたり、素敵な時間を共有させてもらうことができ、職員一同とてもうれしく思います。本当にありがとうございました。

手洗い・換気・湿度を保つ等感染予防しながら、みんなで元気に春を迎えましょうね。

赤ちゃんと一緒にエクササイズ

親子の絆を深め、愛情と信頼関係を育てることを目的に、赤ちゃんとお家の方のスキンシップを基本としたベビーマッサージ、ベビーエクササイズからなるプログラムです。

3月12日(水) 10:30~ 先着8組
申込み期間…3月1日(土)より電話か来園にてお申込みください。

対象…1ヵ月健診後から歩き始め前のお友だち
講師…舟越 聖子 氏 (健康運動指導士)
持ち物…バスタオル、水分補給用の飲み物
※お家の方は動きやすい服装で来て下さい。



「のびのび週間」(17.18.19.21日)
身体測定 9:00~16:00
0歳児のお子さんはバスタオルをお持ちください

3月生まれの誕生会

3月13日(木) 11:30~
※誕生日の前日までお申込みください。
※事前に手形を押します(当日早めに来て可)、職員にお知らせください。
※誕生カード用に、お子さんの写真(横版)があればお持ちください。

つくってみよう!

3月は「満開の桜の木」です。
ピンク色の花びらやお花紙を使ってきれいな満開の花を咲かせませんか。
一足先に桜の壁飾りで春を感じましょう
ご希望の方は職員までお声がけください。
センターでも作ることができます。

3月の予定

日	月	火	水	木	金	土
						1
2 休み	3 つくってみようキット配布開始	4	5	6	7	8
9 休み	10	11	12 赤ちゃんと一緒にエクササイズ 10:30~	13 誕生会 11:30~	14	15
16 休み	17 のびのび週間	18	19	20 春分の日 休み	21	22
23 休み 30休み	24 31	25	26	27	28	29

バランスのよい食事ってなに?

バランスの良い食事は、主食・主菜・副菜がそろった食事です。

- 主食…ごはん・パン・麺類
- ◇主菜…肉・魚・卵・大豆製品のおかず
- ◆副菜…野菜・きのこ・海藻のおかず

これらを組み合わせると栄養のバランスがとりやすくなります。

メニュー例：ごはん・鶏肉の照り焼き・ほうれん草のおひたし・みそ汁
パン・スクランブルエッグ・野菜スープ

毎回品数をそろえなくてもOK! 具沢山うどんや丼ものなども便利です。大人の方はもちろん、お子さんも離乳食が2回食に進むころから少しずつ意識していきたいですね。



ご利用時のおねがい

- ・支援センターをご利用の際は、入り口左側のインターホンでお知らせください。
 - ・予約制ではありません。利用人数が多い場合は、玄関にお知らせを出してセンター室の規模に応じた利用人数にさせていただく場合があります。
 - ・発熱、咳、鼻水、下痢、嘔吐等、風邪症状や体調がすぐれない方はご利用をお控えください。
 - ・受付時、子育て支援センター利用者名簿の記入にご協力ください。
 - ・施設内での飲食はお控えください。ただし、水分補給はこの限りではありません。(授乳室もあります)
- ☆支援センターの予定については、随時、すくすくネット、ジモイク等でお知らせしていきます。

