



ぽかぽかした日差しが出てくると、心まであたたかくなりますね。色々な事業でお待ちしています。

**子育て支援センターの事業は、精華町在住の方に限ります。**

◆◆◆**パパママ講座「赤ちゃんパパ」**◆◆◆



子どもの成長はあっという間です。パパも赤ちゃんとの時間を楽しみましょう！

◎日時 2月21日(土) 午前10時～11時30分

◎場所 保健センター

◎講師 岡 いくよ氏(助産師)

◎対象者 町内在住で未就園の2か月～12か月まで(開催日現在)の子どもと父親

◎申込期間 2月2日(月)～2月11日(水)



◆◆◆**すくすくフールーム よちよちひろば “歯っぴー講座”**◆◆◆

初めての歯磨き、疑問もでてきますよね。子どもの歯について歯科衛生士さんと一緒にお話ししましょう。

◎日時 2月16日(月) 午前10時30分～11時30分

◎対象者 町内在住で未就園の1歳6か月まで(開催日現在)の子どもと保護者

◎担当 歯科衛生士

◎申込期間 1月19日(月)～2月4日(水)



◆◆◆**出前おはなし会 “おはなしポケット”**◆◆◆

保育士が楽しく絵本や紙芝居の読み聞かせをします。一緒にほっこりしませんか？

日時 2月10日(火) 午後3時～3時30分	日時 3月10日(火) 午後3時～3時30分
---------------------------	---------------------------

◎場所 せいかガーデンシティ2階西側広場

◎対象者 町内在住で未就園の子どもと保護者

**申し込みは不要です**

◆◆◆**お誕生日のつどい**◆◆◆

お誕生日のつどいは、その月生まれのお友達が集まって、みんなでお祝いをします。身体計測をした後、誕生日カードに手形を押したり、楽しく過ごしましょう。

<p><b>2月生まれ”お誕生日のつどい”</b></p> <p>日時 2月20日(金) 午前10時～11時30分</p> <p>予約受付 2月2日(月)～2月13日(金)</p>		<p><b>3月生まれ”お誕生日のつどい”</b></p> <p>日時 3月13日(金) 午前10時～11時30分</p> <p>予約受付 2月24日(火)～3月6日(金)</p>	
--	---	--	---

◎場所 子育て支援センター

◎参加費 200円

◆◆◆**1歳からのぴよぴよサロン**◆◆◆

赤ちゃんサロンを卒業した方、あつまれ！同じ年齢の子をもつ親同士、子育ての話をしませんか。

◎日時 3月6日(金) 午前10時～11時30分

◎場所 保健センター

◎対象者 町内在住で未就園の1歳以上(開催日現在)の子どもと保護者

◎申込期間 2月18日(水)～2月25日(水)

★★★ **お申込みはこちら！** ★★★

町ホームページまたはスマートフォンで右の二次元コードからお申込みください。  
 または、Instagramのプロフィール欄からお申込みください。



# 2026年度(令和8年度)子育て支援センター事業の紹介

※子育て支援センター事業のご利用は、精華町在住で未就園の方に限ります。

※予約制の事業もあります。町ホームページ、Instagramまたは支援センターだよりをご覧ください。

★すくすくプレールーム★ おもちゃがいっぱいのプレールームで自由に遊ばしましょう。

	場所	曜日	時間	対象
よちよちひろば	子育て支援センター	毎週月曜日	10:00~12:00	0歳~おおむね1歳6か月までの子ども
とっこひろば	子育て支援センター	毎週火曜日	10:00~12:00	おおむね1歳6か月以上~就園前の子ども
にっこりひろば	子育て支援センター	毎週月曜日	13:30~15:30	0歳~就園前の子ども
	子育て支援センター	毎週木曜日	13:30~15:30	
	いけたに保育所	第1木曜日	10:00~11:30	
	いけたに保育所	第4木曜日	10:00~11:30	

※よちよちひろば、とっこひろばは、にっこりひろばに変更する場合があります。

## ★絵本のひろば★

すくすくプレールームの中で、おはなしサークル「おはなしのこぼこ」さんによる読み聞かせ会“絵本のひろば”があります。

◎毎月第4火曜日(変更の場合あり) 午前10時30分~午前11時(子育て支援センター)

## ★歯っぴー講座★

歯磨きはいつから始めたら良い? 歯磨きを嫌がったらどうしたら良い? 歯が生え始めた頃の歯磨きや、子どもの歯について歯科衛生士さんと一緒にお話ししましょう。

◎年3回(6月、10月、2月)

◎場所: 子育て支援センター(こまだ保育所内)

◎担当: 歯科衛生士



## ★離乳食なになに講座★

離乳食を始めるタイミングは? 何からすればいいの? 始めてみたけれど、ちょっと聞きたいことが...など、いろいろな疑問が出てきますね。管理栄養士が離乳食についてお話しします。

◎年2回(5月、1月)を予定しています。

◎場所: 子育て支援センター(こまだ保育所内)

◎担当: 精華町立保育所 管理栄養士



## ★にこにこ相談(乳幼児相談)《完全予約制》★

●電話予約: 実施日の1か月前から1週間前までに、子育て支援センターへ連絡

「どれくらい大きくなったかな?」「こういう時はどんなかわり方がいいの?」「離乳食の進め方は?」など、気になる事がいっぱいですね。そんな時は保健師や栄養士に相談してみましょう。

◎対象者: 精華町在住で未就園の0~3歳までの子ども

◎時間: 午前9時30分~11時00分 ※いけたに保育所が会場の時は、9時45分~11時00分

◎持ち物: バスタオル、親子(母子)健康手帳

【2026年度(令和8年度)の予定】 ※変更の場合があります。

会場	防災保健センター	光台近隣センター 2階	いけたに保育所	かしのき苑 1階交流広間	子育て支援 センター
実施日	4月22日(水)	6月16日(火)	7月24日(金)	9月9日(水)	10月9日(金)
	11月27日(金)	12月16日(水)	令和9年 1月22日(金)	令和9年 2月9日(火)	令和9年 3月24日(水)
内容	①計測		②育児相談(保健師)	③離乳食相談(栄養士)	

## ★赤ちゃんサロン★

おおむね1歳ぐらいまでの赤ちゃんを育児されている方、あつまれ！  
計測をしたり、赤ちゃんを遊ばせながら、助産師と一緒にいろいろお話しをして育児を楽しみましょう。

### ・赤ちゃんサロンA（月齢2か月～7か月の赤ちゃん）

◎日時：毎月第1水曜日（変更の場合あり） 午前10時～11時30分

### ・赤ちゃんサロンB（月齢8か月～12か月の赤ちゃん）

◎日時：毎月第3水曜日（変更の場合あり） 午前10時～11時30分

※場所：防災保健センター

持ち物：バスタオル

担当：助産師、保育士

## ★1歳からのぴよぴよサロン★

赤ちゃんサロンを卒業した方、あつまれ！愛情をたっぷり受けて大きくなってきた1歳～未就園の子どもへのかかわりについて、親同士みんな子育ての話をしませんか。

◎年8回：午前10時～11時30分

◎場所：旧東畑公民館（つどいの広場いろは）または、防災保健センター

◎対象者：1歳～未就園の子どもと保護者



## ★赤ちゃんとおパパ★

おおむね1歳ぐらいまでの赤ちゃんとおパパあつまれ！  
助産師を交え、子育てをしているパパ同士楽しく交流しませんか。

◎年8回：午前10時～11時30分

◎対象者：月齢2か月～12か月の赤ちゃん

※場所：防災保健センター

持ち物：バスタオル

担当：助産師、保育士

## ★1歳からのパパひろば★

1歳以上の子どもを持つパパあつまれ！

◎年2回（1回目：ふれあい遊び、交流会など 2回目：パパクッキング）

◎場所（1回目：子育て支援センター 2回目：むくのきセンター）

◎対象者：1歳～未就園の子どもと保護者

## ★子育て応援プレールーム（あいあいひろば）★

おもちゃがいっぱいの部屋で、親子で一緒に楽しみながら、子育ての不安や悩みを相談できるプレールームです。

◎日時：毎月第2木曜日（変更の場合あり）午前10時～11時30分

◎場所：防災保健センター

◎担当：臨床発達心理士、保育士など



## ★お誕生日のつどい★

その月のお誕生日児が集まって、みんなでお誕生日会を開催します。

◎日時：毎月第3金曜日（午前10時～11時30分）

◎場所：子育て支援センター

◎その他：参加費（カード代 200円）



## ★育児相談★

子育てや子どもの発育などの相談に応じています。

☆来所相談

◆場所 子育て支援センター

※事前に電話で同センターにお申し込みください。

☆電話相談

◆日時 月～金曜日 午前10時～午後4時

◆場所 町内各保育所・子育て支援センター

- ・ほうその保育所：午前8時30分～正午
- ・いけたに保育所：午前8時30分～正午
- ・こまだ保育所：午前8時30分～正午
- ・ひかりだい保育所：午前9時～11時30分
- ・せいかだい保育所：午前8時30分～午後4時

※上記の保育所は土曜日にも相談を受けています。

## せいか子育て情報誌 “sukusuku” 2026 2026年4月発行

子育てに関するいろんな情報が詰まった情報誌を是非お役立て下さい。下記の窓口にてお渡ししています。

<窓口> 子育て支援センター

町内保育所（こまだ、ほうその、いけたに、ひかりだい、せいかだい）

つどいのひろば（さんいんしゃ、いろは）

精華町役場子育て支援課



# 食育だより



## 《食べ物を丸のみすることへの対応について》

子どもの食の悩みで「噛まない、丸飲みしている」についての相談が多くあります。

食事のときは、咬筋(噛む筋肉)が、次に口に入るものを予測することで、効率よく食事を進めることができます。

特に子どもの場合は、咬筋の予測に従って食べるそうです。

例えば、汁物を連続で2口飲んだ場合、次も「飲む」ことを予測しているため、ご飯を口に入れても飲み込んでしまうことがあります。おせんべいを2枚連続であげた場合には、次も「噛む」動きを予測しているため、ご飯を口に入れると噛むことが多いようです。

このことから、噛まなくてはいけない食材の後にご飯をあげると、噛んで食べるようになることがあります。

子どもの食事で「噛まない、丸のみしている」ばかり思いこまず、工夫しながら「まあ、いいか！」で子どもの食事のペースを大切に見守り、食事が楽しい時間になるようにしましょう。

### 簡単おやつレシピ

#### ★ツナパン

材 料 (作りやすい分量 8号アルミカップ5個分)

ホットケーキミックス	100g
牛乳又は豆乳	75g
なたね油	5g
ツナ	40g
玉ねぎ	25g
冷凍コーン	25g
マヨドレ	15g
乾燥パセリ(あれば)	少々



#### 作り方

1. 玉ねぎはみじん切りにしてさっと茹で、火が通ったら水気を切り冷ましておく。
2. 1にツナ、冷凍コーン、マヨドレを加えて混ぜておく。
3. ホットケーキミックスに牛乳または豆乳、なたね油を加えて生地を作り型に流す。
4. 3に2を乗せて180℃のオーブンで15分ほど焼き、仕上げに乾燥パセリをふる。

#### ★instagram★

事業の様子などを載せています。  
「精華町子育て支援センター」で検索。  
もしくはQRコードを読み取ってください。



KODOMO2005KOSODATE

子育て支援センターだより令和7年度2.3月号(Vo.1.7-6)は  
精華町ホームページでご覧いただけます。精華町ホームページ⇒  
〈お役立ち情報〉子育て支援センター  
⇒精華町子育て支援センターだより

精華町子育て支援センター(こまだ保育所)  
TEL98-4001 FAX94-3780  
E-mail [kosodate@town.seika.lg.jp](mailto:kosodate@town.seika.lg.jp)