

\\こんなことしたよ\\
通信
のびのび

☎ 小郡市子育て支援センター
☎ 73-5041

✉ kosodateshien5041@suo.bbiq.jp
市ホームページ(ホーム▶子育て教育▶遊ぶ▶小郡市子育て支援センター)

小郡市子育て支援センターは、未就園のお子さんとその家族のために、さまざまな事業を行っています。



のびのびキッズルーム



のびのび広場



のびのび講演会



のびのびキッズルーム

のびのび講演会

のびのびキッズルーム

『親子クッキング』

10月11日(金)

ふれあい館三国 調理室

講師：池田恵子さん

(上級食育指導士・栄養士)

参加者の声

- 普段、あまり食に興味がなく、思うようにご飯を食べてくれず困っていましたが、自分で料理をして楽しかったのか、機嫌良く食べてくれたので嬉しかったです

メニュー

- サバごぼうの炊き込みご飯
- オクラと納豆の味噌汁
- 豆腐白玉とかぼちゃの黒蜜かけ

のびのび広場

『親子エクササイズ』

10月17日(木)

あすてらす多目的ホール

講師：小田あゆみさん

(健康運動実践指導者)

参加者の声

- 子どもと一緒に楽しく運動ができて、とてもリフレッシュできました
- 産後、なかなか運動ができなくて、体を動かしたかったので良い汗を掻きました。日頃体を動かしていないことがよく分かり、意識してストレッチしたいと思います。楽しかったです

のびのび講演会

『笑顔で囲む食卓とは…』

10月31日(木)

あすてらす調理室

講師：笠真紀子さん

(フードコーディネーター)

参加者の声

- 初めてのガレット作りでしたが、家でも作ってみたいと思える料理でした。子どもと楽しく作りしたいと思います
- 楽しい時間を過ごせました。料理のレパートリーが増えました。また参加したいです。子育ての話も聞いて、気持ちが楽になりました

- メニュー 子どもが喜ぶ朝ごはん
● ガレット ● 玉葱スープ ● ミルクプリン

地域子育て支援拠点事業(小郡市)



申園 つどいの広場 ぽかぽか

☎ 75-7077

✉ tsudoi@san.bbiq.jp

〒 838-0106 小郡市三沢 83-1

(ひまわり館東野内)

開室時間

月～土曜日/午前9時～午後4時
日、祝日、ひまわり館の休館日および年末年始(12月28日～1月5日)はお休みです。利用は無料で、予約不要です。

つどいの広場 ぽかぽかは、就学前の乳幼児と、その家族がゆっくと過ごすことができます。お子さんとおもちゃで遊んだり、絵本を読んだりして楽しくふれ合ってくださいね。

那須先生と遊ぼう！～親子遊びで生活リズムづくり～

★日時 12月18日(水)

【1回目】午前10時～10時45分(受付9時45分～)

【2回目】午前11時～11時45分(受付10時45分～)

★会場 ひまわり館東野ホール

★対象 2歳～就学前のお子さんとその保護者

★定員 各回12組

★講師 那須儀治さん(NASUパーソナルトレーニングジム代表)

★持参物 お茶、汗拭きタオル ★参加費 無料(要申込)

どちらか1回の参加でお願いします

サウンドイッチの楽しいコンサート～クリスマスVer.～

サウンドイッチさんとみんなで作る参加型コンサート。一緒に歌い、体を動かし、たくさん楽しみましょう。

★日時 12月25日(水)

【1回目】午前10時～10時45分(受付9時45分～)

【2回目】午前11時～11時45分(受付10時45分～)

★会場 ひまわり館東野ホール

★対象 0歳～就学前のお子さんとその保護者

★講師 サウンドイッチさん(音楽ユニット)

★持参物 お茶 ★参加費 無料(申込不要)

どちらか1回の参加でお願いします

共通事項

- ★ 託児なし
- ★ 動きやすい服装でお越しください
- ★ きょうだいで赤ちゃんがいる人はおんぶひもなどを持参してください