



みふねの里子育て支援センター

君津市貞元323-1

TEL 0439-29-6387

*開館時間 9時～16時30分

※受付終了16時

日	月	火	水	木	金	土
		1 	2	3 つくってみよう♪ 「ぶどうのぼんぼんヨーヨー」 ①9:30～11:00 ②14:00～15:00	4 栄養士とトーク会♪ テーマ「子どものご飯のこと」 ①9:45～(1歳～) ②10:45～(生後6～11ヶ月)	5
6 	7 休館日	8 わらべうた 10:30～11:00	9 『チャレンジ！食育♪』(受付中) 10:00(現地集合) 栄養相談 10:00～11:00	10 親子で楽しく運動遊び♪ 10:00～11:00	11 とくいばこ☆ 「理学療法士ママによる ”産後のからだケア”」 10:00～10:30	12
13	14 休館日	15 身体測定の日 9:45～11:00	16 やってみようよ♪ リトミック！(要予約) ①9:30～10:10 ②10:15～10:45	17	18 	19
20	21 休館日 (敬老の日)	22 休館日 (国民の休日)	23 休館日 (秋分の日)	24 誕生会 10:30～11:00 栄養相談 14:00～15:00	25 親子で簡単♪ベジチェック！ 10:00～11:15 	26
27 	28	29 	30 ベビーマッサージ(要予約) 10:00～11:00	*9月の予約制イベントの受付開始日 市内在住の初参加の方…9/2から どなたでも…9/4から 電話での予約…1回の通話につき、イベントをひとつ予約できます。 来館での予約…複数のイベントをあわせて予約できます。 9/9「チャレンジ！食育♪～種まき編～」は8/14より予約を受け付けています。		

※予定は中止・変更する場合があります。ご了承ください
 ※小学生以上の方は靴下の着用をお願いします

*移動図書館「ひまわり号」来館予定日
 11日・25日 10:35～11:05

芝生のお庭で遊んだり、お部屋でのんびり過ごしたり、
親子で気軽に過ごせる子育て支援センターに遊びに来ませんか？
就学前のお子さんを持つお父さんやお母さんはもちろん、
お孫さんを預かるおじいちゃんおばあちゃんもご利用いただけます。
皆さんぜひ遊びに来てください。

♪9月のイベント内容をご紹介します

予約が必要なイベント

やってみようよ♪リトミック！ ※各回18組

ピアノの音に合わせてリズムカルに体を動かすリトミック。親子で楽しみながら発達を促す遊びを楽しめます。お子さんの成長に合わせたクラスにお申し込みください。

- ①よちよち歩けるようになったら（9時30分から10時10分）
- ②首がすわっている子から1歳前後の子まで（10時15分から10時45分）

チャレンジ！食育♪～種まき編～ ※15組程度

君津高校園芸科の高校生にご協力いただき、秋冬野菜の栽培体験を行います。
収穫は11月の予定です！おたのしみに♪

対 象：ひとりで歩けるようになったお子さんとその保護者

場 所：君津高校上総キャンパス（君津市上957）※10時現地集合

持ち物：汚れてもいい服装、長靴、軍手などの手袋、タオル、飲み物

ベビーマッサージ ※10組

親子でリラックス♪優しくお肌に触れることで、親子の絆もさらに深まります。

※生後2か月から満1歳まで（バスタオルをご持参ください）

みんなで楽しもう♪

つくってみよう♪「ぶどうのぼんぼんヨーヨー」

フラワーペーパーをくしゅっと丸めて、袋に詰めて、かわいいぶどうを作ります。
出来上がったらぼんぼん弾ませて遊べるおもちゃになりますよ♪

親子で楽しく運動遊び♪

ボールやプールスティックなどを使い、体を動かして遊びます。
動きやすい服装でご参加ください。

誕生会

9月生まれのお友達、集まれ～！いっしょにお誕生日をお祝いしましょう。

※誕生会に参加希望の方は、10時15分までに受付をお願いします。

翌月の予定は「君津市公式ホームページ」「君津市公式LINE」

「母子手帳アプリ “つみき” by母子モ」で毎月25日頃に配信しています

ママパパ応援企画「とくいばこ☆」

とびきりの「得意」を、くらしの知恵を、いっしょに楽しむば（場）を
つくって、こうりゅう（交流）しよう！

「得意なことをどこかで披露したいな」「自分の知識、みんなにも教えたい」
「親子で一緒に楽しめる遊びや方法、知ってるよ！」
そんな思いを持った方、支援センターで講座やイベントの講師をしてみませんか？
興味のある方、いつでもスタッフにお声がけください

あなたの
「とくい」を
おすそわけ
しませんか



こころの栄養に♪

わらべうた

リズムと動きがセットになっているわらべ歌は、子どもの心身の成長や、
社会性をはぐくみ、親子で心地良いふれあい遊びが楽しめます。

移動図書館「ひまわり号」※隔週金曜日

君津中央図書館から、「ひまわり号」がやってくる！
子どもたちに人気の絵本だけでなく、料理本やガイドブックなどもあります。
※本を借りる貸し出しカードが必要です。（カード申請もできます）

成長＆健康チェックのヒントに♡

栄養相談の日

君津市の管理栄養士がお子さんのお食事についての相談を伺います。

栄養士とトーク会♪

子どものごはん作り、楽しい時も大変な時もありますよね。
ちょっとした悩みなども、一緒におしゃべりしましょう♪
お子さんの月齢に合わせた時間にご参加ください。

身体測定の日

身長と体重が測れます。※簡易測定です

親子で簡単♪ベジチェック！

野菜の摂取量が十分か、簡単にチェックできます。
お子さんも、てのひら『ば～』ができれば測定できますよ♪



ママ・パパ応援企画「とくいばこ☆」

理学療法士ママによる”産後のからだケア”

産前産後、自分自身のからだの変化に気づいても、どんなケアをしたらいいか、
わからない…。そんなママ達にぜひ参加してほしい企画です。
セルフストレッチや骨盤底筋エクササイズをしながら、日常生活で気をつけたい
ことなど、産後のからだケアについてアドバイスをしてくれます。

予約は必要ありません。皆さんぜひご参加ください♪