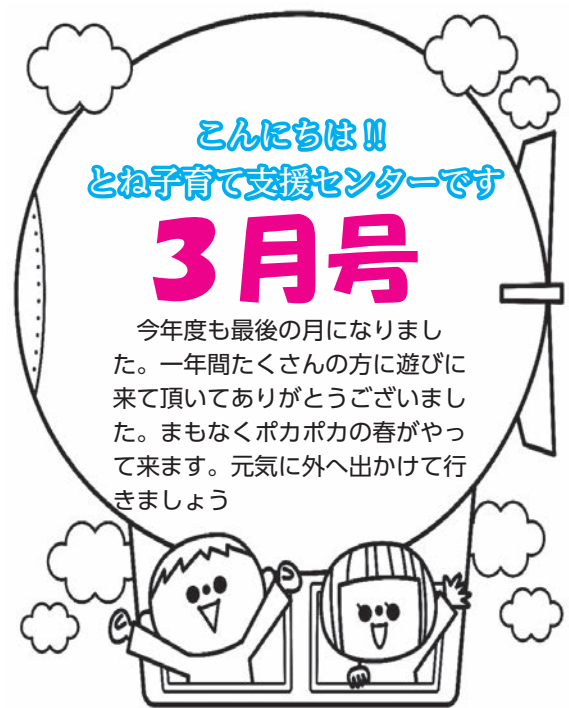




＊＊ 4月の予定 ＊＊

◎とね子育て支援センターの活動は、通常は文間保育園にて月～金曜日に行っています。
(土・日曜日、祝日はお休みです。)
※ワイワイサロンは、利根町保健福祉センターでの育児相談日です。
※遊びに来る時は、各自飲み物を持参してください。

8	水	●ぽこぽこへ行こう
10	金	お花見に行こう！！
14	火	育児相談ワイワイサロン
16	木	★園庭開放おすすめ日
17	金	★園庭開放おすすめ日
22	水	○ぶちぶちへ行こう
24	金	にこにこ広場
28	火	にこにこ赤ちゃん
30	木	すっきりサロン

新年度は4月13日(月)から、支援センターのお部屋や文間保育園の園庭を開放します。ぜひ遊びにいらしてください。

◎4月10日(金) 午前10時～
「お花見に行こう～春の土手に上ろう～」
場所:利根町役場駐車場集合(一番下の道路側)
☂雨天時は支援センターで遊びましょう。
★4月16日(木)・17日(金) 午前10時～
園庭開放おすすめ日
※必要な方はおやつ・飲み物をお持ちください。
☂雨天時は室内利用できます。

●ぽこぽこは、親子ふれあいサークルです。
午前10時30分～ 利根町公民館1階
○ぶちぶちは、赤ちゃん和絵本をつなぐサークルです。
午前10時30分～ 利根町図書館2階

里帰り中の方もご利用ください

実家が利根町にある方で、町外にお住まいの方、子育て支援センターを利用する事が出来ます。
どうぞ気軽におでかけください。



支援センターって どんなところ？

利根町在住の、未就園のお子さんと、その保護者を対象にさまざまな支援を行っています。
現在は、子育て真っ最中の方同士の情報交換や、気分転換の場所、子どもたちのふれあい体験の場にもなっています。
担当保育士とたわいのないおしゃべりをしたり、相談したりすることで、子育ての悩みも少しは軽減するのではないかと思います。
何かのきっかけ作りになれば幸いです。



♡♡みんなの声 ～子育てに関わる人を書いて頂くコーナーです～♡♡

見つけられるかな？子どもの良いところ…ピンポンママさん
お子さんの良いところは何か？優しい所、いろいろな事に興味を持つ所、粘り強く何かをする所、笑顔がかわいい、目が大きい、歌が好き、絵が上手、力持ち、カゼを引かない所も長所かな？ 子どもが小さい頃は、本当によく子どもの良いところばかり見ていた(見えていた)と思う。成長するにつれ、子どもの良いところは見つけにくくなってきたように思う(笑)。今日は子どもの良いところを見つけ、口に出してみようかな・・・。

年齢別のサークル
午前9時30分～11時30分
対象：未就園の親子
すくすく・よちよち・ねんね・赤ちゃん年齢で分かれて活動する日。
季節や年齢に合わせた制作や戸外活動・歌・手遊び・育児情報交換などを取り入れています。



年齢別サークルの対象年齢
♠すくすく 平成28年4月～平成29年3月生まれ
♣よちよち 平成29年4月～平成30年3月生まれ
♥ねんね 平成30年4月～12月生まれくらい
◆赤ちゃん 平成31年1月くらい～
※マタニティさんは、ねんね、赤ちゃんの日に遊びに来て保護者の方や小さいお子さんたちと触れ合ってください。
※4月からはここから年齢がひとつ繰り上がります。

にこにこ広場
午前9時30分～11時30分
対象：未就園の親子
園庭および室内で好きな遊びを楽しんでください。最後に保育士の紙芝居や絵本の読み聞かせなどもあります。保育園のお山も人気です。



にこにこ赤ちゃん
午前9時30分～11時30分
対象：ねんね・赤ちゃんの親子
マタニティの方
園庭および室内で好きな遊びを楽しんでください。情報交換することで心配事が解決することもあります。



保育園の開放(園庭および室内)
月曜日～金曜日(祝日は除く)
午前9時30分～11時30分
午後3時～4時(変更もあり)
対象：未就園の親子
■持参したベビーカーでお庭を散歩することができます。
■お孫さんを見ていらっしゃる祖父母の方もご利用ください。
■☂雨の日も室内で遊べます。



問い合わせ先
とね子育て支援センター(文間保育園内)
☎68-3194
開園日時 月曜日～金曜日
(祝日を除く午前8時～午後5時)
※案内の手紙は役場子育て支援課・利根町保健福祉センターのお便りBOXにも入っています。また、町公式ホームページでもご覧いただけます。



シルバーリハビリ体操で健康維持を！ ～いつでも・どこでも・ひとりでも～

主催：利根町リハビリ体操指導士の会

立木体操サロンの紹介

会場：立木公民館(館前に大木の公孫樹有り)
超高齢化社会を目前に「自分の体は自分で守る」・「寝たきりをなくそう」のスローガンのもと、平成27年6月にスタートしました。和気あいあいで賑やかなお喋り、明るい会場です。元気な号令のもとに筋肉や関節のストレッチと強化体操。皆さん真剣そのものです。「正座ができるようになった」「坂道が上げられるようになった」という言葉に喜びを共にしています。男性の参加者が少ないのがちょっと残念…健康長寿を目指す皆さんの「通いの場」として楽しく続けていきたいと思っています。



写真の時・膝タッチ体操の目的：脚を上げる筋肉の強化
効果：転倒防止

参加者の声

毎週火曜日体操会場へ行くのが楽しみです。号令に合わせてストレッチ。身体が軽くなりすっきりします。高齢者になり失禁を心配していましたが、体操を始めて4年半、失禁が軽減され嬉しい!! “パタカ”と大声出して気持ち良い!! シルリハ体操は私にとって欠かせない存在です。(女性)

問い合わせ先 利根町保健福祉センター ☎68-8291

未来に期待！

～認知症地域支援推進員つぶやき①9～

先日、中学生の娘の福祉作文を読んで感じたことがありました。認知症のことや介護のことをよく調べてあり、私自身も“なるほど”と思うことが書いてありました。

今は小学校や中学校の中でも認知症について考えたり、インターネットで調べるなど福祉についての授業もあるようです。何でも知ることができ、いつでも情報を得ることができる反面、情報が多すぎるため間違った認識を与えてしまっているような内容も、ネット上にはたくさんあります。認知症は何もわからなくなったりする病気ではありません。認知症になってもわかることも、できることもたくさんあります。



筑波大学・征矢英昭教授(左写真)をお迎えして、フリフリグッパの楽しさと、その効果について語っていただきます。征矢先生のグループは「フリフリ」などの軽い運動が記憶力のアップにつながることを世界で初めて報告し、注目されています。運動集会参加者はもちろん、初めてフリフリを体験したい方にも貴重な機会です。先生の熱意溢れるお話に、きっと元気がもらえますよ！皆さん、ぜひ足を運ぶください。

日時 3月13日(金)
午前10時～正午
会場 利根町公民館多目的ホール

フリフリ地区運動集会予定

場 所	日 程	開催日 (3月11日～4月末日の予定)	時 間・持ち物
利根町公民館	第1・3木曜日	3月19日、4月2日・16日	午前10時～11時 ・参加無料 ・飲み物、 室内運動靴持参
利根町民すこやか交流センター	第1・3火曜日	3月17日、4月7日・21日	
利根町生涯学習センター	第2・4水曜日	3月11日・25日、4月8日・22日	
講師 筑波大学 諏訪部先生・越智先生・福家先生・桑水先生 ※福祉バス・ふれ愛タクシーをご利用ください			
問い合わせ先 利根町保健福祉センター ☎68-8291			

フリフリグッパ体操 「地区運動集会」

主催 利根フリフリクラブ

主 催