あそんでみよう！「だるまさん」



♪だるまさん　だるまさん
にらめっこしましょ
わらうとまけよ

子どもをひざの上に乗せ、乳児はわきの下を支えて
上下に揺らします。



♪あっぷっぷ

☆遊びのポイント☆
目と目を合わせて
面白い顔をして
遊びましょう！

ほおを膨らませる、唇を突き出すなど
様々な顔つきをして遊びましょう。



千代田子育て支援センター
「すこやか」

11月のごあんない

千代田子育て支援センター「すこやか」
（北広島町委託事業・ルンビニこども園）
〒731－1533　北広島町有田98番地2
Tel：0826-75-3901
Fax：0826-72-6999
ルンビニこども園：0826-72-2382

冷たい風が「ピュー」と吹いてくると、
赤色や黄色の葉っぱが舞い始め、冬の足音が近づくのを感じます。
寒い季節は家の中にこもりがちになりますが、時には
千代田子育て支援センターで、親子や友だちと遊びませんか。
子育ては大変だけど、少しでも楽しくなるよう、応援しています。



簡単ストレッチ

１１月２６日（木）　１０:３０～１１:３０

講師は、ガスケアプローチ公認指導者・老人保健施設
あけぼの作業療法士の國本さんです。
おすすめのストレッチを教えていただきます。
子育て中の肩こり・腰痛などに悩まされている保護者の方、
心も身体もリフレッシュしたい方、気軽においでください。



１１月９日(月)から予約を受け付けています。(10組です)

お問い合わせ・予約は、千代田子育て支援センター「すこやか」まで。

☎0826-75-3901

妊婦・育児相談

11月10日　10:00~11:30

千代田子育て支援センター「すこやか」で
子どもの体重測定・育児相談・助産師・歯科衛生士の
相談などが気軽にできます。
予約は、北広島町役場こども家庭課 子育て支援係です。

☎０８２６－７２－７３５０



11月の予定表

2026年　10月27日

月	火	水	木	金	土
2 開放日	3 休み （文化の日）	4 開放日 ◎午後は休み	5 開放日	6 親子クラブ 「ひなたぼっこ」 ◎午後は休み	7
9 開放日	10 妊婦・育児相談 ◎午後は休み	11 開放日 ◎午後は休み	12 開放日	13 開放日	14
16 開放日	17 開放日	18 すこやかCafé （予約） ◎午後は休み	19 開放日	20 親子クラブ 「ひなたぼっこ」 ◎午後は休み	21
23 休み （勤労感謝の日）	24 開放日	25 開放日 ◎午後は休み	26 育児講座 簡単ストレッチ ◎午後は休み	27 開放日	28
30 開放日					

支援センターであそぼ！

月曜日～金曜日（水曜日を除く）
10:00～12:00　13:00～14:30
水曜日　10:00~12:00
※都合により開放できない場合もあります。



ティータイムがあります。
ちょっと一息つきましょう。