



ぽけっと・だより 7月号



【7月の休館日】

毎週日曜日
20日(月)



佐賀市子育て支援センター「ゆめ・ぽけっと」

〒840-0826 佐賀市白山2丁目7番1号

【TEL】0952-40-7287

【FAX】0952-28-2911

【開館時間】10:00~17:00



日に日に暑さが増している今日この頃。暑さから、冷房の効いた室内で過ごしがちになりますが、体のビタミンD生成には、太陽の光が必要です。(ビタミンDはカルシウム吸収を促し、骨を丈夫にする栄養素。)また、汗をかく機能は3歳頃までに発達することから、適度に汗をかくことも大切だと言われています。早朝や夕方の涼しい時間に散歩をするのもおすすめです。衣服や空調で上手に体温調節をしながら、暑い夏を乗り切りましょう！



ファミリーフェスタ~なつまつり~

夏だ！お祭りだ！今年もやります、ファミリーフェスタ！

家族や友達を誘ってお越しください。みんなで楽しい時間を過ごしましょう！

今年のテーマは「海」♪
「ひろば」に隠れている7匹
のカニを探してみてね！



- | | | |
|--------|---|-----------------------|
| (日 時) | 8月1日(土) 10:00~15:00 | |
| (対 象) | 小学生までのお子さんと保護者 | |
| (場 所) | 「ゆめ・ぽけっと」ひろば | |
| (参加費) | 無料 | |
| (申し込み) | 不要 | |
| (内 容) | ・すいか割りごっこ
・魚つりごっこ
・ヨーヨーつり
・フォトスポット | ・的当て
・わなげ
・イベント |

佐賀女子短期大学の
学生さんの読み
聞かせもあるよ！



ファミリーフェスタについて おしらせ

- ・フェスタ当日は、駐車場の混雑が予想されます。時間には余裕をもってお越しください。
- ・当日は、小学生も保護者の方と一緒に遊びに来ていただけます。
- ・靴や手荷物は、各自で管理をお願いします。

親と子の育児講座

『「食べる力」を育てよう！離乳食期からの食事のすすめ方』

(日 時) 7月14日(火)10:30~11:30

(対 象) 乳幼児とその保護者

(場 所) 「ゆめ・ぽけっと」多目的室

(定 員) 15組

(参加費) 無料

(申し込み) 6月30日(火)10:00~

来館または電話で受付

☎0952-40-7389

講師は、佐賀市の
管理栄養士。離乳
食や栄養に関する
悩みを相談しませ
んか？





ゆめ・ぽけっと 7月の予定



日	月	火	水	木	金	土
公民館に支援に行く日です。 			1 ぽけっとタイム	2	3 「子育てサロン ひょうご」 	4
5 休館日	6 【受付日】 「チャレンジ沐浴体験」	7 【受付日】 「ママの手は魔法の手」	8 ぽけっとタイム	9 「きんりゅう ハッピーマミー」 	10 栄養相談・離乳食相談 13:30～15:00	11
12 休館日	13	14 親と子の育児講座 『「食べる力」を育てよう！ 離乳食期からの食事のすすめ方』 10:30～11:30	15 ぽけっとタイム 「高木瀬赤ちゃんサロン」 	16	17 	18 「チャレンジ 沐浴体験」 10:30～12:00
19 休館日	20 海の日	21	22 ぽけっとタイム 「神野カンガルー」 	23 「ママの手は魔法の手」	24 栄養相談・離乳食相談 13:30～15:00	25
26 休館日	27 「若楠にこにこ 子育てサークル」 	28 	29 ぽけっとタイム	30	31 ぽけっとタイム 毎週水曜日 14 時～	



7・8月の講座申し込みについて



講座名	講座の内容	申し込み開始日・方法
7/10 (金) 7/24 (金) 栄養相談・離乳食相談	保育幼稚園課の管理栄養士による相談日	当日 13:20～ 来館受付
7/14 (火) 親と子の育児講座 『「食べる力」を育てよう ～離乳食期からの食事のすすめ方～』	離乳食や栄養のことについて、気になることを管理栄養士に聞いてみませんか？ <u>対象</u> 未就学児とその保護者	6/30 (火) 10:00～ TEL・来館受付
7/18 (土) 「チャレンジ沐浴体験」	沐浴、おむつ替え、妊婦体験 <u>対象</u> 妊娠中の方やそのご家族（2名まで）	7/6 (月) 10:00～ TEL・来館受付
7/23 (木) 「ママの手は魔法の手」	赤ちゃんの肌に触れスキンシップを行う講座 <u>対象</u> 開催日に3～7ヶ月の乳児・初めて受講される方	7/7(火)10:00～ TEL・来館受付
8/7 (金) 8/28 (金) 栄養相談・離乳食相談	保育幼稚園課の管理栄養士による相談日	当日 13:20～ 来館受付
8/22 (土) プレママ・パパサロン	助産師の講話、沐浴・妊婦・抱っこ体験 <u>対象</u> 初産で令和8年9月末までに出産予定の夫婦	8/4 (火) 10:00～ TEL・来館受付
8/25 (火) マタニティサロン	フリートーク(沐浴、抱っこのミニ体験も♪) <u>対象</u> 妊娠中のお母さん	8/6 (木) 10:00～ TEL・来館受付

