



今年度初めて『こどもの森』を利用される方は**右記→QRコード**で登録をお願い致します。



## 3月の予定 月、火、木(10:00~15:30) ☺印は開館日

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ☺ 離乳食相談	3 ☺ ヤクルトの健康教室	4	5 ☺ 栄養相談	6	7
8	9 ☺ 離乳食相談	10 ☺ 保健師相談	11	12 ☺ 簡単ストレッチ	13	14
15	16 ☺ 離乳食相談	17 ☺ わくわくキッチン	18	19 ☺ 簡単ストレッチ	20 春分の日	21
22	23 ☺ 離乳食相談	24 ☺ 経節削り体験	25	26 ☺ 簡単ストレッチ	27	28
29	30 ☺ 離乳食相談	31 ☺ 赤ちゃんひろば				

## ヤクルトの健康教室

3月3日(火曜日) …10:30~ (予約不要)

おなかのしくみやウンチの話など、腸内環境や健康についてのお話です。

## もりもりタイム 11:30~11:50

手遊び、読み聞かせ、歌、植栽、野菜となかよし、わくわくキッチン(17日↓下記参照)、簡単ストレッチ(12日)など日によって替わります。今月は経節削り体験(24日)があります。プランターにじゃが芋の種イモ植えもあります！(日にちは未定)

## わくわくキッチン

今月は「タンパク質(肉)」がテーマです。  
加熱方法での固さや味の違いを感じてみませんか？

日時: 3月17日(火曜日) …11:00~11:40

対象: 当日こどもの森、来館者どなたでも参加出来ます。

基本は大人のみですが、2歳以上のお子さまで体験希望者はスタッフに相談をお願いします。

## ブックスタートパック受け取りについて

ブックスタートパック(絵本とトートバック)が子育て支援センターでも受け取れます。赤ちゃん訪問で配布されている引換券と交換しますのでご利用ください。

## 【お願い お知らせ】

- ※ 講座、イベントは、災害、悪天候等により中止になることがあります。
- ※ 常時施錠していますので、ドア右手のインターホンチャイムで呼び出しをお願いします。
- ※ センター前の駐車場は西から順に駐めて頂くと、5台駐車できますので、ご協力をお願いします。満車の際は他を案内しますので、お尋ねください。

## ランチタイム

12:00~13:00

6組まで

## 身長・体重の計測

計測時間…10:00~11:15

13:00~15:00

持ち物…フェイスタオル1枚

## 離乳食相談 【予約不要】

毎週月曜日…10:00~11:00(受付)

30日(月曜日)…10:00~14:00(受付)

生後5ヶ月頃からの離乳食の作り方や与え方などの悩みを栄養士に相談できます。

相談日のランチタイムでは食べ方など

実際に食べながら確認相談できます。

## 栄養相談 【予約不要】

5日(木曜日)…10:00~14:00(受付)

大人の食事、子どもの食事、妊婦の食事などの食事全般の悩みを栄養士に相談できます。

相談日のランチタイムは持参した食事を食べながら相談もできます。

## 赤ちゃんひろば 【要予約】

31日(火曜日)…14:00~15:00

対象…0~12ヶ月歳児

ふれあいあそび、交流会を行います。

足形アート作りもします！

## はじめのいっぽ 【要予約】

今月はお休みです。

次回は4月です。

日にちは4月号のお便りでご確認をお願いします。



予約サイト

対象…1歳児未満、住所が磐田市にある親子

保健師も参加します。子育てで気になっていることを相談できます。

磐田市の保健師、助産師による赤ちゃん訪問でご案内していますので、ご予約のうえご参加ください。

## 保健師相談日 【予約不要】

10日(火曜日)…14:30~15:30

対象…未就学児の親子

保健師が月に1回(1時間程度)訪問してくれます。子育てなどの相談ができます。