



子育て支援センター情報



市では3ヶ所の子育て支援センターを開設しています。どのセンターもご自由にご利用いただけます。

のんびり広場

日にち	活動予定
7/13	酒まんじゅう作り(エプロン、三角巾持参)※要予約
7/15	波野保育園の夜の集いに参加しよう！(18:00～)
7/20	誕生会・計測日・不用品交換会・水遊び(タオル・水着持参)
7/28	ピクニック「カドリー・ドミニオン」(10:00現地集合・時間厳守→弁当・水筒・帽子・敷物持参)※要予約
8/3	フィンガーペインティング(タオル・水着持参)
8/10	簡単野菜クッキング・栄養相談(エプロン、三角巾持参)

センター開放時間

月～金曜(9:00～14:00)

場所 波野保育園 ☎24-2800

※育児相談を随時受け付けています。

(電話相談も可)

各センターでは・・・

☆おやつ作りや親子クッキングなどの調理実習にはエプロン・三角巾(バンダナ可)が必要です。

すくすく広場

日にち	活動予定
7/15	わいわい子育て相談会(乳幼児健診医:江崎真澄先生による相談会)
7/19	プール開き(10:00～みんなでスイカ割りを楽しみましょう!)
7/26	誕生会・計測日(親子ふれあい遊びや絵本の読み聞かせ)
7/29	アマービレコンサート(10:30～ピアノの生演奏や声楽家による童謡コンサート)
8/2	人形劇観劇会(10:30～)
8/4	調理実習(9:30～の宮保健センター集合・米1合持参)※要予約
8/11	プール遊び(ボディペインティング遊びを楽しみましょう!)

センター開放時間

月～金曜(8:00～17:00)

土曜(8:00～12:00)

場所 一の宮子育て支援センター

すくすくハウス(りんどう保育園横)

☎22-4539

※育児相談を随時受け付けています。

☎22-3850(育児相談専用)

ぴよぴよ広場

日にち	活動予定
7/13	救急法講習会「応急手当・見学体験」(10:15阿蘇広域消防本部集合)
7/20	みんなで水遊び・プール遊びをしましょう!
7/27	誕生会・体験試食会 カレーパーティー(親子クッキング会)
7/28	ピクニック「カドリー・ドミニオン」(10:00現地集合 時間厳守→弁当・水筒・帽子・敷物持参)※要予約
8/3	夏だ、ワッショイ!ぴよぴよ夏祭り
8/10	計測・楽しい水遊び うちわを作りましょう!

センター開放時間

月～金曜(10:00～16:00)

場所 阿蘇市子育て支援センター

☎32-3843

※育児相談を随時受け付けています。

(電話相談も可)

※第2土曜日開所しています。

お元気ですか

食生活改善
推進員協議会

学生のころから

積極的な健康づくりを

～波野中学校ヘルスサポーター21事業～

今月は、食生活改善推進員協議会波野支部が取り組んでいる事業を報告します。

ヘルスサポーターとは「自分の健康の指標(目安)を持ち、生活スタイルを見直し、健康づくりを実践していく人」です。また、学んだ事を家族・地域に伝える事で、地域の健康づくりを支援する力になります。波野では特に食育に力を入れており、中学校の先生方や阿蘇市の保健師・栄養士さんと力を合わせて、中学生をサポートするに選んでいます。

今年「生活習慣病予防」をテーマにしています。これまで先輩たちがずっと取り組んでこられたテーマであり、波野支部の年間

「生活習慣病等の健康問題を食によって改善できたら・・・」
という思いで活動しています。

テーマも生活習慣病がもたなくなっていきます。6～9月の間、生徒さんと一緒に楽しみながら、身体と食の関係、健康的な生活習慣のあり方を勉強したいと思います。結果はまたご報告しますのでお楽しみに。

最後に私が最近、感動した一言をご紹介します。

5月の食生活改善推進員協議会総会で、顧問をされている先輩が講演されました。その中で『めだかの学校』を替え歌にされて、「誰が生徒か先生か・・・私達推進員全員が先生であり、生徒でもありません」と言われました。とても勇気づけられました。