



子育て中の人たち集まれ!!



子育て支援センター情報

子育て中の皆さんへ 本市では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
9/10	ヨーイドン運動会遊び楽しいなかんてん料理作り
9/17	子育てお楽しみ会 要予約 10:00産山牧場集合 (弁当・水筒・敷物を準備)
9/20	保育園の運動会に参加しよう 9:00屋内ゲートボール場集合
9/24	誕生会・計測日 保健師による育児講話
10/1	絵本館さいちごで絵本に楽しもう 要予約 9:00波野保育園集合
10/8	らくがきごっこ 秋の野菜でクッキング

活動時間 9:00~

場所 波野保育園

TEL 24-2800

*月曜~金曜(9:00~14:00)園を開放しています。

【活動内容での準備物】

おやつ作りなどクッキングには
エプロン・三角巾(バンダナ可)

すくすく広場

日にち	活動予定
9/9	お年寄りとの交流会 伝承遊びを楽しむ(風車作り)
9/11	リズム遊び
9/16	りんご狩りに行こう! 10:00果実の国カップルズ 集合(弁当・水筒・敷物を準備)
9/22	わらべ歌・絵本の読み聞かせ 10:00一の宮高齢者センターに 集合 誕生会・計測日
9/30	保健師による講話 栄養士による手作りおやつ と栄養指導
10/7	ミニ運動会 園児と一緒に楽しみましょう

活動時間 10:00~

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)
TEL 2-4539

月曜~金曜(9:00~17:00)

土曜(9:00~12:00)センターを
開放しています。

園庭は毎日開放しています。

育児相談電話 TEL 2-3850

ぴよぴよ広場

日にち	活動予定
9/10	管理栄養士による食育講座 おゆうぎの練習をしよう!
9/17	ぴよぴよミニ運動会 民生委員さんも一緒にみんな でヨーイドン(10:00開始)
9/24	お誕生日お楽しみ会 育児相談 13:00~15:00阿蘇 保健福祉センター
10/1	りんご狩りに行こう! 10:30果実の国カップルズ集合(弁 当・水筒・敷物を準備)雨天順延
10/8	英語で遊ぼう!

活動時間 10:00~

場所 阿蘇市子育て支援センター
(阿蘇北中学校近く)

TEL 32-3843

月曜~金曜(10:00~16:00)セン
ターを開放しています。

育児相談を受け付けています。電話相談
もOK。(秘密厳守)

『おやこ食育教室を開催』
8月3日に農村環境改善セ
ンターで夏休み恒例のおやこ
食育教室が開催されました。

皆さんのご家庭では、5項
目のうち、いくつ実践できて
いますか?大切な家族の心と
体の健康のため、しっかりと心
がけていきましょう。



お野菜は体の中で、とっても
大事なお仕事をするよ。

熊本の全世代を通しての
食育計画は、次のようになっ
ています。

家族や仲間と食を楽しむ
主食・主菜、副菜をそろえる
朝ごはんを毎日食べる
脂肪、塩分、糖分を取り過
ぎない
地産地消(地元の産物を利
用する)にこころがける

特に、保護者の生活環境や
考え方が子どもたちに影響を
及ぼします。親子メタボ教室
も必要になってきている現状
です。飽食の時代だからこそ、
食のありがたさを見直し、親
子で正しい食の知識を身に付
けましょう。

おやこ食育教室編

お元気ですか

食生活改善
推進員協議会

規則正しい食事
で丈夫な体と
強い心を作ろう!



「朝ごはんを食べているか」

「おやつの内容と量」

「野菜の

でき方」などについて栄養士

さんから説明があり、食生活

改善推進員協議会からは、食

育劇を通して、子どもたちと

保護者へPRを行いました。

特に、保護者の生活環境や

考え方が子どもたちに影響を

及ぼします。親子メタボ教室

も必要になってきている現状

です。飽食の時代だからこそ、

食のありがたさを見直し、親

子で正しい食の知識を身に付

けましょう。