



# 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
9/10	かけっこをしよう！(タオル持参)
9/16	誕生会・計測日・保健師による育児講座
9/19	保育園の運動会に参加しよう！(9:00波野屋内ゲートボール場集合)
9/30	産山牧場で遊ぼう！(10:00集合・事前予約必要→弁当・水筒・敷物持参)
10/7	絵本館(きいちご)に行こう！(9:00集合・事前予約必要)
10/14	さつま芋ほり・クッキング(汚れても良い服持参)

センター開放時間 月曜日～金曜日  
(9:00～14:00)  
場所 波野保育園 TEL 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
9/8	手作りおもちゃを作ろう！(風車作りをして運動場遊び)
9/15	お年寄りとの交流会(10:00集合→昔話・わらべ歌遊びなどの伝承遊び)
9/24	子育て体験授業(9:30阿蘇高校集合→高校生と子育てについて語り合い交流)
9/29	誕生会・計測日・保健師による育児講座と相談(弁当持参)
10/6	ミニ運動会(10:00集合)
10/7	子育て体験授業(9:30阿蘇高校集合→高校生と子育てについて語り合い交流)
10/15	古城保育園で遊ぼう！(9:30古城保育園集合・事前予約必要→帽子と水筒持参)

センター開放時間 月曜日～金曜日  
(9:00～17:00)  
土曜日(9:00～)  
場所 一の宮子育て支援センター  
すくすくハウス(りんどろ保育園横)  
TEL 22-4539  
※育児相談を随時受け付けています。  
(電話相談も可)  
TEL 22-3850 (育児相談専用)

## ぴよぴよ広場

日にち	活動予定
9/9	計測日・育児相談・保健師による育児講座
9/16	ミニ運動会(民生委員さんや中学生との交流)
9/24	触れ合い交流会(10:30サロンみち草集合・事前予約必要)
9/30	お話し会・誕生会・体験試食会(ボランティアグループアップルさん来所)
10/1	お茶会(講師→菅正子先生)・民生委員児童部の方との交流会
10/7	触れ合い交流会(10:30ケアハウス茶寿園集合)
10/14	計測日・育児相談・英語で遊ぼう！(ALTの先生来所)

センター開放時間 月曜日～金曜日  
(10:00～16:00)  
場所 阿蘇市子育て支援センター  
TEL 32-3843  
※育児相談を随時受け付けています。  
(電話相談も可)



奈須 信子さん (小里)

※WEBCTVアン「産地地消クッキング」にも出演し、阿蘇の食卓を全国に紹介されています。

今月は、食生活改善推進員協会阿蘇支部の推進員さんを紹介します。小里の奈須信子さんです。奈須さんは、平成元年に栄養教室を受講され、食生活改善活動に協力いただき、今年度からは支部役員として力を発揮してもらっています。

## お元気ですか

食生活改善推進員協議会

## パワーあふれる推進員紹介！

阿蘇支部より

### インタビュー

Q. 活動で力を入れたことは？  
A. 赤ちゃんのいるおかささんから高齢の方までの「食育」が大事だと思います。また、それに運動も取り入れた健康づくり活動が必要ですね。

Q. ご自分で気を付けていることはどんなことですか？  
A. 今、調理場で仕事をしていますので、栄養のパランスを考え、おいしく薄味で皆さんに喜ばれるように努力しています。  
また、野菜を多く摂るよう心がけ、メタボリックにならないように1日30分は歩くようにしています。