



# ぷらむ通信

伊勢市 御園子育て支援センター「ぷらむ」 令和7年1月 第60号



月	火	水	木	金
		1 元日 お休み	2 お休み	3 お休み
6	7 	8	9	10 
13 成人の日 お休み	14	15 ベビーヨガ 10:30~11:00 ★要予約 12/18~・13組 市内在住・未就園児 1歳未満児 ベビーと一緒にヨガにチャレンジしてみましょう	16 身体計測 10:30~11:00 ★要予約 12/19~・10組 市内在住・未就園児 看護師が、身長・体重を測ります	17 楽しいトミック 10:15~11:00 ★要予約 12/20~・10組 市内在住・未就園児 1歳半以上児 親子で楽しくリズムあそびをしましょう
20	21 誕生会 10:30~ ★要予約 12/24~・7組 1月生まれ未就園児・市内在住 みんなでお祝いをしましょう	22	23 子育て相談日 (利用者支援専門員訪問) 9:30~11:30 市内・市外在住 ※予約は要りません	24 
27	28 作ってあそぼう 10:30~ ★要予約 1/7~・10組 市内在住・未就園児 かわいい鬼の帽子を作ります。 みんなで鬼に変身しちゃおう!	29 	30	31

## 冬の過ごし方



動きが活発な 1~2 歳児は、汗をかいて冷えたり、動きにくくて転んだりすることがあるので、厚着にならないようにしましょう。まだ歩けない子どもは、動いて体を温めることができないので、1枚重ねるなどの配慮が必要です。

乾燥した空気や暖房の使用で冬も意外と喉が渇きやすいもの。自分で喉の渇きを訴えられない0~2歳児だからこそ水分補給を定期的に行いましょう。

## 〈移動子育て支援センター〉

1月の移動子育て支援センターの開催日をお知らせします。

■利用時間 9:30~11:30 (身体計測も実施します)

8日(水)宮本地区コミュニティセンター(前山町 355-4 Tel 22-2232)

9日(木)修道こども園 子育て支援室 (楠部町 105-8 Tel 65-5118)

23日(木)城田地区コミュニティセンター(上地町 1809-1 Tel 22-3638)

## 〈利用について〉

■子育て支援センターは、子育て中の親子(祖父母等)と一緒に過ごせる場所です。妊娠中の方もお気軽にお越しください。

■利用時間: 9:00~16:00

■開館日: 月曜日~金曜日(祝日・年末年始等を除く)

■駐車場は御園総合支所南側駐車場を利用してください。

■伊勢市に暴風警報発表時等は休館となります。

お問い合わせ先: 御園子育て支援センターぷらむ

伊勢市御園町長屋 1221 御園総合支所 1階

Tel (0596) 63-5301

## 〈2月の予定〉

- 4日(火) 食育講話  
「あかちゃんが喜ぶ冬の簡単メニュー」  
(★要予約 1/14~・10組)
- 12日(水) 作ってあそぼう  
(★要予約 1/22~・10組)
- 19日(水) 親子でバレトン  
(★要予約 1/29~・12組・1歳半未満児)
- 20日(木) 身体計測  
(★要予約 1/30~・12組)
- 25日(火) 誕生会  
(★要予約 2/4~・7組・2月生まれ)
- 27日(木) 子育て相談日 ※予約は要りません

※予定は変更になることがあります。

※講座対象は、伊勢市に住民票がある方・未就園児です。

※講座予約受付は、月~金曜日の9:00~16:00です。

★印は来館・電話の両方予約できる講座です。講座開催日は交流ひろばのご利用は講座終了後となります。

※講座受講にあたって手話・要約筆記等の配慮が必要な方は、利用予定の3週間前までにご相談ください。

※ぷらむ通信は伊勢市のホームページにも掲載しています。

※12月28日(土)~1月5日(日)はお休みとなります。

◎ 保育園の園庭あそびを体験してみませんか?

毎週、火・木曜日、園庭開放をしています。

10:00~11:30

火曜日御園第一保育園 木曜日…御園第二保育園