

# 3月 ひだまり通信



伊勢市 小俣子育て支援センター「ひだまり」 令和8年3月 第236号

3月 講座予定

## 睡眠中の窒息について

環境を整えることで、睡眠中の窒息を防ぐことができます。窒息を防ぐポイントを紹介します。

- ◆顔が、柔らかい寝具に埋もれないよう、硬めの敷布団やマットレスを使用する。
- ◆1歳になるまではあおむけに寝かせる。
- ◆掛布団は顔にかぶらないよう、スリーパーなどの着るものや空調で調整する。
- ◆添い寝は赤ちゃんの口や鼻を塞いでしまう危険があるので、できるだけベビーベッドで寝かせる。

4月 講座予定

日付	内容	予約用 二次元コード
6日 (金)	乳幼児の 言葉の発達 10:00~ 予約開始2/13~ 市内在住・未就園児 6組	
11日 (水)	あかちゃん あつまれ 10:00~ 予約開始2/18~ 市内在住・未就園児 3か月~1歳・6組	
12日 (木)	絵本の 読み聞かせ 11:00~11:30 予約不要 市内在住・未就園児	
19日 (木)	子育て相談 9:30~11:30 予約不要 市内・市外在住	
25日 (水)	お楽しみ トントンパ 11:30~・15:30~ 予約不要 市内・市外在住・就園児 可	
27日 (金)	ベビー マッサージ 10:00~ 予約開始3/6~ 市内在住・未就園児 4か月~7か月・6組	

日付	内容	予約用 二次元コード
9日 (木)	絵本の 読み聞かせ 11:00~11:30 予約不要 市内在住・未就園児	
16日 (木)	子育て相談 9:30~11:30 予約不要 市内・市外在住	
20日 (月)	親子で あそぼう 10:00~ 予約開始3/30~ 市内在住・未就園児 1歳半~・12組	
22日 (水)	レクびよ 15:00~16:00 予約開始4/1~ 市内在住・未就園児・ 就園児可・6ヶ月~7組	
24日 (金)	お楽しみ トントンパ 11:30~・15:30~ 予約不要 市内・市外在住・就園児 可	



3月24日(火)~5月7日(木)まで園庭開放は  
お休みです。再開は5月12日(火)からです。  
\*園庭開放時間\* 10:00~11:30  
火曜日…しらとり園・木曜日…ゆりかご園  
※雨天や行事等で実施できない場合があります

※講座予約は二次元コード(通信記載)及びURL(HP掲載)からの申込となります。予約開始は講座実施日3週間前の開館  
時間より申込ができ、先着順となります。(キャンセル待ちは電話申込となります)

※キャンセルされる場合は電話でご連絡ください。講座対象は伊勢市に住民票がある方・未就園児です。

※絵本の読み聞かせ・レクびよはひろばで行います。市外在住の方・予約外の方は、講座実施中ミニあそびのひろばで遊ぶ  
ことができます。

※ひろばでの遊びは予約不要です。

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

※ひだまり通信は、伊勢市のホームページにも掲載しています。

※行事予定は、変更になる場合があります。ご了承ください。

### 〈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~金曜日(祝日・年末年始等を除く)

※伊勢市に暴風警報発表時は休館となります

お問い合わせ先: 小俣子育て支援センター「ひだまり」

伊勢市小俣町元町536(小俣保健センター2階)

TEL (0596) 22-7871

3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  
身体計測も行いますので、ぜひお越しください

■利用時間: 9:30~11:30

- ・3月 5日(木) 修道こども園 子育て支援室  
楠部町105-8 Tel.65-5118
- ・3月11日(水) 宮本コミュニティセンター  
前山町355-4 Tel.22-2232
- ・3月26日(木) 城田コミュニティセンター  
上地町1809-1 Tel.22-3638