すこやか
子育て支援センター

# すこやか通信

〒938-0861
黒部市宇奈月町下立38
☎0765-65-2455

まいぷれ黒部
HP→

2026年 No. 321

めっきり日が落ちるのが早くなりました。一雨ごとに寒さが増してきています。
さて、寒くて乾燥した空間はインフルエンザウィルスの生存時間が長くなり感染力も保持しやすいと言われています。換気・手洗い・適切なマスク着用等の予防対策を心がけましょう。

すこやか子育て支援センターの
開設時間は 9：30～12：30です
下記の時間帯の電話は ほがらか
子育て支援センターへ自動転送
されます
8：30～9：00・12：30～17：00

絵本の紹介

## 『とんとん とん　なんの おと？』

**ディズニーブックス**(講談社)

娘が生後２か月の頃、何か読んであげたいなと思っていた時に出会った絵本です。
「とんとんとん なんのおと？」「○○のおと」「あ～よかった」ということ言葉を繰り返して楽しむ絵本で、大人も読みやすく、またはっきりとした色の絵なので２か月だった娘もじーっと見ていました。
「とんとん とん」と身体に触れながら読んだり「○○のおと」をアレンジしたりと自由に楽しめるので、10か月になった今も飽きずに何度も読んでいます。
親子でたくさんコミュニケーションをとれる１冊なので、ぜひ読んでみてください。

中田さんから紹介をしていただきました。

## １１月の行事予定

**★参加申込み受付中**

| | |
|---|---|
| **10日㈫** | 10:15～11:30<br>**・ハンドリフレクソロジーでリフレッシュ**<br>お母さんのためのリフレッシュタイムです |
| **12日㈭** | 10:15～11:30 すくすくランド<br>**・親子でエクササイズ**<br>講師:竹内美咲先生 |
| **17日㈫** | 10:15～11:30<br>**・楽nicoツインズ**<br>主宰:助産師　林　友美さん<br>※双子ちゃん親子＆双子妊婦さんの集まりです |
| **19日㈭** | 10:15～11:30 すくすくランド<br>**・自分に似合うカラーを知ろう**<br>講師:ビューティカウンセラー　川口有美先生 |
| **24日㈫** | 10:15～11:00<br>**・ベビーマッサージ＆ふれあい遊び**<br>※対象は生後６か月までの親子です<br>バスタオルをご持参ください |

**11月26日(木)** 10:15～11:30
**前沢地区子育てサロン** 場所は前沢公民館
※詳しくはお問合せください

## １２月の行事予定

**★参加申込み受付は１１月２日(月)9時30分からです**

| | |
|---|---|
| **１日㈫** | 10:15～11:30<br>**・タッチケア体験＆子育てフリートーク**<br>講師:助産師　水井雅子先生 |
| **８日㈫** | 10:15～11:00<br>**・ベビーマッサージ＆ふれあい遊び**<br>※対象は生後６か月までの親子です<br>バスタオルをご持参ください |
| **10日㈭** | 10:15～11:30 すくすくランド<br>**・こどもの病気とその対応**<br>講師:こども家庭センター保健師<br>**・しずか先生のミュージックタイム** |
| **15日㈫** | 10:15～11:30<br>**・楽nicoツインズ**<br>主宰:助産師　林　友美さん |

**12月17日(木)** 10:15～11:30
**黒部市子育て支援センター合同クリスマスの集い**
（ほがらか＆すこやか子育て支援センター合同開催）
**場所:田家公民館(親水の館)**
※申込み受付は11月18日(水)9:30～
こちらの専用フォームから
予約をお願いします

●行事は入園入所前のお子さんと、その保護者の方が対象です
●すくすくランドではお誕生会をしています。誕生月の方はスタッフへお知らせください