

いない いない ばあ



て る て る ぼ う す



2025年 6月号

筑摩こどもプラザ 0263-29-3400



紫陽花が鮮やかに色づく季節になりました。カエルやカタツムリを見つけたり降り続く雨音を聞いたりして、この季節ならではの自然を楽しみながら過ごしていきたいものです。梅雨の晴れ間にはお散歩に出かけて気分転換を試みるのも良いですね。

てるてる坊主は、翌日の晴天を願いながら軒下などに吊るす、日本の伝統的な風習です。幼い頃、遠足や運動会の前日に紙やティッシュをまるめて作った思い出がある方もいるのではないのでしょうか。今は明日の天気が簡単にわかるようになりましたが、それでも空を見上げて願う気持ちは今も昔も変わらないと思います。イベントやお出かけの前にお子さんと一緒にてるてる坊主を作って、翌日の晴れを願うおまじないをしてみましょう。晴れたら嬉しいですね。



こ れ か ら の 予 定



☆ 6月5日(木) 講座～子どもに絵本を～

午前10時～11時(受付開始 9時40分～)

定員＝25組 託児＝20人(1人300円)

※申込みは始まっています。詳しくは職員にお問い合わせください。

6月11日(水) 安心ルームの栄養相談日

午前9時30分～11時30分 当日受付(先着順)

持ち物 … 母子健康手帳

管理栄養士と個別に相談ができます。



☆ 6月19日(木) 親子で身体あそび

午前10時～11時(受付開始 9時40分～)

定員＝15組(2歳以上の親子) 申込み開始日＝5月29日(木)

講師＝高山裕子氏(健康運動指導士)

サーキット遊びやバルーン遊びの体験ができます。

☆ 6月26日(木) 作って飾ろう～七夕飾り～

午前10時30分～11時10分

定員＝20組

申込み開始日＝6月10日(火)

七夕飾りを作って季節の行事を楽しみましょう。

※開館は午前9時30分です。



☆ 7月3日(木) 講座～トイレトレーニング～

午前10時～11時(受付開始 9時40分～)

講座会場＝庄内地区福祉ひろば 定員＝25組

託児会場＝筑摩こどもプラザ 託児＝20人(1人300円)

対象＝1歳6カ月以上の親子 申込み開始日＝6月12日(木)

保健師によるトイレトレーニングについての講話です。

☆印の行事は予約が必要です。平日の午後1時～4時の間に電話でお申込みください。この日の通常利用は午後1時からです。



小宮こどもプラザ周辺の田んぼは、早苗の緑が美しい季節です。田んぼの水面には、お日さまの光が反射して山や空などの周りの景色が映り込み、とてもきれいです。田んぼの畔の草花の陰には、テントウムシやチョウチョ、カエルなどが隠れていますよ。

梅雨空が続きますが、この季節にしか味わえない風景や体験などを楽しんで過ごしましょう。



子どもの汗対策



子どもは新陳代謝が盛んで、活発に動き回るので汗をよくかきます。梅雨時期は蒸し暑いので、より汗をかきやすくなります。

汗を放っておくと、あせもやおむつかぶれの原因になってしまいます。汗を優しくふき取り、こまめに下着を取り替えるなどして肌を清潔に保ちましょう。吸湿性や通気性のよい材質の下着や服を着るとよいですね。着せ過ぎに注意し、時々背中に手を入れて、汗をかいていないか確認しましょう。

汗をかいた時は、水分補給が大切です。子どもはのどが渇いても、言葉で伝えることが難しいので、大人が意識して「こまめな水分補給」をおこないましょう。子どもの年齢や状態にあわせた水分を少しずつこまめに与えるとよいですね。



これからの予定



★親子でニコニコ 大正琴コンサート

6月6日(金) 午前10時～11時

定員：25組 ※申込みは始まっています。

出演：琴伝流大正琴赤穂教室

スマホとの付き合い方教室<申込み不要>

6月11日(水) 午前10時45分～11時10分

松本警察署生活安全課の方のお話を伺います。



安心ルームの栄養相談日<当日受付・先着順>

6月12日(木) 午前9時30分～11時30分

管理栄養士による個別相談です。ミニ講座もあります。

★親子でニコニコ ヴァイオリンコンサート

6月20日(金) 午前10時～11時

定員：25組 申込み開始日：6月6日(金)

出演：牛山孝介氏(ヴァイオリン奏者)

渡辺しおり氏(ピアノ奏者)



★よーいどんのお話会 ～つばさ文庫～

7月4日(金) 午前10時～11時

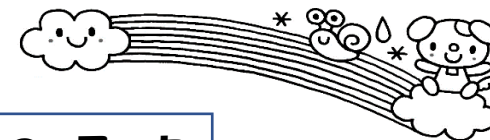
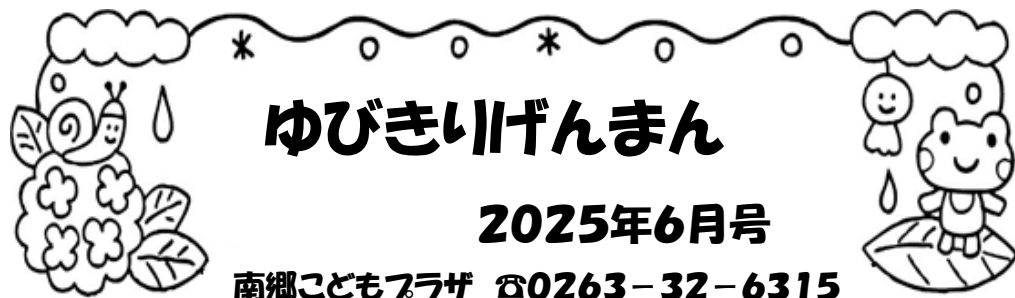
定員：25組 申込み開始日：6月20日(金)

出演：つばさ文庫

★印の行事は申込みが必要です。

平日午後1時から4時の間に電話で申込みください。

★印の日の通常利用は午後1時からです。



行事の予定

☆ベビーマッサージ《要予約》

6月3日(火)午前10時～11時

定員:12組 申込みは始まっています。

講師:朝倉 真理子氏

対象:妊娠中から生後6か月までの子と親

ベビーマッサージの方法を教えてください。

・安心ルームの栄養相談日《当日受付》

6月19日(木)午前9時30分～11時30分

管理栄養士による個別相談日です。

※受付は先着順です。混雑状況により受付を終了する場合があります。

☆親子でわくわく♪弦楽四重奏コンサート

6月24日(火)午前10時～11時

定員:30組 申込み開始日:6月10日(火)

出演:Quartet 桜

親子で弦楽の演奏を楽しみましょう。

☆夏のお楽しみ会～七夕～

7月1日(火)午前10時～11時

定員:20組 申込み開始日:6月17日(火)

出演:おぼっこぼっこ

わらべうたや人形芝居のお話会の後に、親子で七夕飾りの制作をします。

☆の行事は申込みが必要です。各申込み日から電話で平日の午後1時から4時の間にお申込みください。

☆の日の通常利用は午後1時からです。



スマホとの付き合い方

5月15日に松本警察署スクールサポーターの吉田さんから『スマホとの付き合い方』のお話を伺いました。幼児期からインターネットに触れる機会が多くなり、ネットを通じて犯罪に巻き込まれる事件が増加しているそうです。保護者が注意すべきこととして①どのような被害が発生しているか、どのようなアプリがあるか、などの知識をつける。②フィルタリングをしてトラブルに巻き込まれないようにする。③プライバシーの尊重をする。SNSで簡単にお子さんの写真を公開することができますが、『その情報が犯罪に利用されるかもしれない!』という危機感をもつ事が防犯意識を高める事になるそうです。子どもにルールを作って押し付けるのではなく、大人も子どもの前はもちろんですが、家の外でも節度のある使い方を心がけて欲しいというお話がありました。スマホの使い方考える良い機会となりました。大切なお子さんを社会全体で守っていきましょう。

あ～そ～ぼ 2025年 6月号

波田こどもプラザ TEL 0263-91-3113

紫陽花が咲き始める季節になりました。波田こどもプラザの入口の紫陽花もつぼみをつけています。どんな色の花が咲くか楽しみです。



これからの予定



波田こどもプラザの鳩時計

波田こどもプラザには鳩時計があります。平成元年と書いてある歴史ある時計です。午前のお楽しみタイムの後は鳩が11回鳴くので、鳩がお好きな皆さんは時計の下に並んで見えています。6月10日は時の記念日ですね。この機会に鳩時計に会いに来てください。



スマホとの付き合い方教室

日時：6月4日（水）午前10時45分～11時15分

申込み不要

長野県警察本部 生活安全第一課の方によるお話です。

★おいっちにの身体あそび

日時：6月11日（水）午前10時～11時

講師：赤津章恵氏

定員：14組 対象：歩き始めた頃～2歳までの子と親

持ち物：汗拭きタオル・飲み物（動きやすい服装）

会場：波田保健福祉センター内教養娛樂室

申込み開始日：5月26日（月）

親子でできるふれあい遊びや身体遊びを体験します。

※この日の波田こどもプラザは通常開館です。



★アロマでリフレッシュ

日時：6月25日（水）午前10時～11時

講師：北谷亜紀氏

定員：14人 託児：14人（1人300円）

講座会場：波田保健福祉センター内・教養娛樂室

託児会場：波田こどもプラザ

申込み開始日：6月12日（木）

アロマオイルで癒されましょう。



★あ～そ～ぼの七夕会

日時：7月2日（水）午前10時～11時

出演：すがのっくる

定員：20組

申込み開始日：6月16日（月）

親子で絵本やふれあい遊びを楽しみましょう。



安心ルームの栄養相談日

日時：6月18日（水）午前9時30分～11時30分

持ち物：母子健康手帳

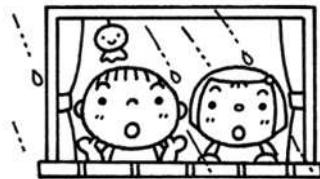
申込み不要・当日先着順

管理栄養士による個別相談です。

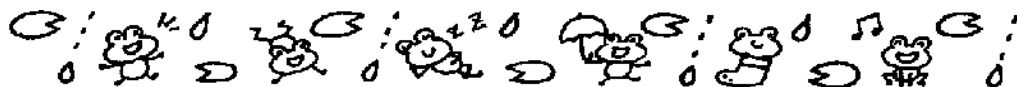
★の行事は申込みが必要です。申込開始日より平日の午後1時から4時の間に電話でお申込みください。この日の通常利用は午後1時からです。

あんさんぶる

2025年 6月号



芳川こどもプラザ TEL 0263-86-1055



田植えの終わった田んぼは、水面がお日様に照らされキラキラしてきれいですね。苗もぐんぐん伸びています。そして、夜はカエルの合唱が始まり賑やかですね。急に暑くなったり、雨が降ると涼しかったり体調管理が難しい頃です。衣服の調節などに
気をつけ元気に過ごしましょう。



6月10日は「時の記念日」

支援ルームにあるしかけ時計が毎時、素敵なオルゴールの音色で時間を知らせてくれます。やさしい音色に合わせて扉が開き、中からディズニーのキャラクターが出てくると子どもも大人も笑顔になります。

「時の記念日」にちなんで松本市時計博物館に出かけてみるのはいかがでしょうか？テーマごとにいろいろな時計が展示してあり楽しむことができます。



これからの予定



6月3日(火) 安心ルームの子育て相談日(当日受付・先着順)

時 間：午前9時30分～11時30分

保健師と助産師による個別相談です。母子健康手帳をお持ちください。

***混雑状況により受付を終了する場合があります。**

6月18日(水) あんさんぶる吹奏楽コンサート(要予約)

時 間：午前10時～11時

定 員：35組 申込み開始日：6月4日(水)

出 演：マザーズアンサンブルあっぷる

迫力ある吹奏楽の演奏をお楽しみください。

***この日の通常利用は午後1時からです**



7月10日(木) ベビーマッサージ(要予約)

時 間：午前10時～11時

定 員：6組 申込み開始日：6月26日(木)

講 師：伊藤 佳奈助産師(スピカ助産院)

対 象：妊婦と6ヶ月までの子と親

会 場：芳川みなみ福祉ひろば

ベビーマッサージのやり方を教えてもらいます。

***この日の芳川こどもプラザは通常開館です**



印の行事は予約が必要です。火曜日から金曜日の午後1時～4時の間に電話で申込みください。

休館のお知らせ

6月16日(月)は休館日、17日(火)は館内清掃のため連日の休館になります。ご迷惑をおかけしますがよろしくお願いいたします。

筑摩こどもプラザ（6月）			小宮こどもプラザ（6月）			南郷こどもプラザ（6月）			波田こどもプラザ（6月）			芳川こどもプラザ（6月）		
日	曜	行事予定	日	曜	行事予定	日	曜	行事予定	日	曜	行事予定	日	曜	行事予定
1	日	休日保育	1	日	休館日	1	日	休館日	1	日	休館日	1	日	
2	月		2	月		2	月		2	月		2	月	休館日
3	火		3	火		3	火	★ベビーマッサージ	3	火		3	火	安心ルームの子育て相談日
4	水	大人のための読み聞かせ	4	水		4	水		4	水	スマホとの付き合い方教室	4	水	
5	木	★講座～子どもに絵本を～	5	木		5	木		5	木		5	木	
6	金		6	金	★親子でニコニコ大正琴コンサート	6	金		6	金		6	金	
7	土	休館日	7	土	休館日	7	土	休館日	7	土	休館日	7	土	
8	日	休日保育	8	日	休館日	8	日	休館日	8	日	休館日	8	日	
9	月		9	月		9	月		9	月		9	月	休館日
10	火		10	火		10	火		10	火		10	火	
11	水	安心ルームの栄養相談日	11	水	スマホとの付き合い方教室	11	水		11	水	★おいっちにの身体あそび	11	水	
12	木		12	木	安心ルームの栄養相談日	12	木		12	木		12	木	
13	金	童謡だいすき～歌いましょ～	13	金		13	金		13	金		13	金	
14	土	休館日	14	土	休館日	14	土	休館日	14	土	休館日	14	土	
15	日	休日保育	15	日	休館日	15	日	休館日	15	日	休館日	15	日	
16	月		16	月		16	月		16	月		16	月	休館日
17	火		17	火		17	火		17	火		17	火	館内清掃のため休館日
18	水	大人のための読み聞かせ	18	水		18	水		18	水	安心ルームの栄養相談日	18	水	★あんさんぶる吹奏楽コンサート
19	木	★親子で身体あそび	19	木		19	木	安心ルームの栄養相談日	19	木		19	木	
20	金		20	金	★親子でニコニコヴァイオリンコンサート	20	金		20	金		20	金	
21	土	休館日	21	土	休館日	21	土	休館日	21	土	休館日	21	土	
22	日	休日保育	22	日	休館日	22	日	休館日	22	日	休館日	22	日	
23	月		23	月		23	月		23	月		23	月	休館日
24	火		24	火		24	火	★親子でわくわく♪弦楽四重奏コンサート	24	火		24	火	
25	水		25	水		25	水		25	水	★アロマでリフレッシュ	25	水	
26	木	★作って飾ろう～七夕飾り～	26	木		26	木		26	木		26	木	
27	金	童謡だいすき～歌いましょ～	27	金		27	金		27	金		27	金	
28	土	休館日	28	土	休館日	28	土	休館日	28	土	休館日	28	土	
29	日	休日保育	29	日	休館日	29	日	休館日	29	日	休館日	29	日	
30	月		30	月		30	月		30	月		30	月	休館日

★印の行事は予約が必要です。通常開館は午後1時からです。
6月11日（水）の波田こどもプラザは通常開館です。
行事の詳細は各こどもプラザへお問い合わせください。