



令和8年 5月号
 小国町子育て支援センター
 TEL 090-9015-8330
 小国町健康管理センター
 TEL 0238-61-1000

♡♡♡ 就学前のお子さんとそのおうちの方、どなたでも参加できます ♡♡♡

「子育て講座 エアロビクス」 28日（木）

講師：エアロビクス インストラクター 藤田 明美氏
 対象：未就学児をもつおうちの方
 時間：午前10：00～11：30（開始時間10：20～）
 場所：健康管理センター 森のホール
 内容：初心者向けのエアロビクス 全身運動を行います。
 持ち物：上履き・フェイスタオル・飲み物
 申込先：子育て支援センター 予約制
 申込締切：5/21（木）
 ＊動きやすい服装で参加してください。
 ＊講座の間のお子さんのお世話はスタッフがお手伝いをします。

「なかよし広場」をご利用の方へ

- ・必要な方は飲み物をお持ちください。
- ・ハイハイ前のお子さんは、寝ながら遊べるようにバスタオルをお持ちください。
- ・授乳やおやつを食べさせたい場合は、スタッフに声をかけてください。
- ・活動場所が健康管理センターで、お子さんが長靴やブーツを履いてお越しの際は安全に遊べるように“上履き”をお持ちください。



写真アート…5月の節句をテーマにした写真を撮ることができます。4/20（月）～5/1（金）

なかよし広場で身長・体重の計測ができます。ご希望の方はスタッフに声をかけてください。



《5月の予定》



日	月	火	水	木	金	土
					1 なかよし広場 アスモ内	2
3 憲法 記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7 なかよし広場 アスモ内	8 なかよし広場 アスモ内 AM PM ブックスタート (3.4ヶ月健診時) PM	9 あそびの広場 健康管理センター
10	11 なかよし広場 アスモ内	12	13	14 なかよし広場 健康管理センター	15 なかよし広場 アスモ内	16
17	18 なかよし広場 アスモ内	19	20	21 誕生会・身体測定AM なかよし広場 アスモ内	22 なかよし広場 アスモ内	23 あそびの広場 健康管理センター
24/31	25 なかよし広場 アスモ内	26	27	28 子育て講座 「エアロビクス」AM なかよし広場 AM PM 健康管理センター	29 なかよし広場 アスモ内	30

「はじめてのいっぽ」は小国町のホームページ及び公式LINEに掲載しています。



小国町病後児保育室

「にこにこ」

令和7年 5月号
 小国町病後児保育室「にこにこ」
 Tel. 090-7070-8691
 小国町健康管理センター
 Tel. 61-1000

病後児保育室「にこにこ」は、病気の回復期にあり集団または家庭での保育が困難なお子さまを看護師と保育士が連携してお預かりする施設です。ご利用されたい方は事前に登録をしてください。

病後児保育室からのプチ情報を載せましたので、参考にしてください。

5月のイヤイヤ期

5月は、4月からの環境の変化などにより、疲れが溜まり、眠れない、起きられない、食欲がない、イライラする、無気力などの症状が見られることがあります。ひどくなると、外出や登園もしたくなくなります。

5月のイヤイヤ期の脱出法は？

- のんびりお風呂に入って心と体の疲れを取る
- たくさん体を動かして元氣よく遊ぶ
- 睡眠時間をしっかりとる



爪かみ、指しゃぶり

爪かみや指しゃぶりは不安や緊張を、自分なりの形で処理するためにとる行動と言われています。無理にやめさせると、今度は自分の髪を抜くなど、別の行動をとることもあるので注意しましょう。子どもが1歳を過ぎても指をしゃぶる場合でも、だいたい3歳頃までには自然に治ることが多いでしょう。



チック

チック症とは、ピクピクとした素早い動きなどが、意思とは関係なく繰り返し起きることを言います。多いのは瞬きで、他にも肩をぴくっと動かす、頭をふる、口を曲げる、鼻をフンフンならす、などがあります。不安やストレスがきっかけで起きることが多いため、症状が出て軽い場合は無理にやめさせようとせず、その子のくせと考えると接するうちに治ることがあります。長引いたり症状が強い場合は、薬を使うこともあるので医師に相談しましょう。



◇ 小国町病後児保育室「にこにこ」 ◇

対象児童：〈町内在住の児童〉
1歳～小学3年生の児童

場 所：病後児保育室（健康管理センター内）

〈町外在住の児童〉
保護者が小国町の事業所に勤務している
1歳～小学3年生の児童

保育時間：月～金曜日 午前8時～午後6時
（祝日、年末年始を除く）

利用手続き

1 利用登録

健康福祉課に「利用登録届出書」を提出し事前に登録します。

2 利用予約

直接、病後児保育室に電話で予約します。

受付時間：午前8時30分～午後4時30分

電 話：090-7070-8691

- 必ず、医療機関を受診し、利用の可否をご確認ください。
- 月曜日に病後児保育を利用したい時は、前の週の金曜日に申込みをしてください。
- キャンセルの場合は前日の午後4時30分までか、利用当日の朝（7時30分～8時30分）に連絡をください。

3 利 用

利用当日に申請書を提出してください。

「利用登録届出書」は毎年度提出が必要です。今年度登録している方には、年度末に申請用紙を送付いたします。