



# 子育てひろば便り

令和8年2月発行



宮若市子育て支援センター

さくらんぼ 宮若市磯光1317-18  
(TEL・FAX) 32-1319

たんぼ 宮若市宮田6-1  
(TEL・FAX) 32-0885

たけんこ 宮若市竹原1-1  
(TEL・FAX) 52-2002

立春（2月4日）は春の始まりとはいえ、まだまだ寒い日が続いています。朝は寒さが厳しくお布団から出るのも気合いが入りますね。ただ寒い寒いと、じっとしているのはもったいない！子どももじっとなんてしてくれません。梅の花も開花しはじめました。日差しが暖かい日には、お散歩に出掛けたり支援センターで体を動かして一緒に遊びましょう。

## ふれあい報告

1月21日（水）さくらんぼにて『森和田さん♪コンサート♪』を開催しました。音楽が聞こえ始めると、みんな♪ノリノリ笑顔になり命のお話でウルウルし言霊のお話など心に響く時間でした。出会ったママ同士が子どもを中心に笑顔も涙も一緒に話せる空間って素敵だと改めて思いました。



**うがい・手洗い**

うがい・手洗いで予防できる病気はたくさんあります。正しく洗って、健康に過ごしたいですね！まだ、うがいが出来ない月齢の子は、こまめに水分補給をするとういそうですよ。

## 親子ふれあいタイム

2月3日（火）

「オニは外～！フクは内～！」

☆場所 さくらんぼ

☆時間 10:00～11:00

☆要予約 15組



次回予告

3月7日（土）

「熊丸みつ子先生とあそぼう！」

場所…さくらんぼ

要予約 15組

申し込みは、宮若市公式LINE（電子申請→教室・イベント）よりご予約をお願いします。

## 「大豆パワー」

『大豆』には、お肉や卵に負けないタンパク質や鉄分、カルシウム、食物繊維など自然のバランス栄養食なのです！

大豆からできている食材には、豆腐、納豆、しょう油、きな粉、おから、味噌、ゆば等があります。ぜひ色々な食材から大豆パワーを吸収して元気に過ごしたいですね。

