



# 子育てひろば便り

令和8年6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

そろそろ梅雨入りのこの時期はお天気も気まぐれですが田んぼに水が入り田植えが始まると・・・カエルの合唱が一斉に始まり季節を感じます。6月21日は夏至（1年で最も昼が長く、夜が短い日）です。夏至が過ぎると本格的な暑さを迎えると言われています。地球温暖化の影響でしょう、最近は強すぎる日差しが痛く感じます。自然の恵みである太陽の日差しも雨も、人と自然に優しい恵みでありますように・・・と願います。

## ふれあい報告

5月20日（水）さくらんぼにて

『親子で一緒にリフレッシュ体操！』を開催しました。

日頃、家事や育児で酷使している身体を足先や指先まで意識して動かしたり、あばら骨を意識して深呼吸をして整えました。子ども達もママの動きを見守っているようで微笑ましく感じる時間でした。

忙しい毎日の中で、自分自身を整える時間の大切さも学びました。



こまめに水分補給を  
しましょう！

## 親子ふれあいタイム

6月13日（土）

「パパも一緒にあそぼう！」

- ☆場所 さくらんぼ
- ☆時間 10:00～11:00
- ☆要予約 15組

### 次回予告

7月1日（水）

「☆ たなばたつり ☆」

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。



## 6月4日は虫歯予防デー

きれいで丈夫な永久歯のために、乳幼児期の歯を健康に保つことはとても重要です。歯磨きの習慣づけが、虫歯予防の第一歩！乳幼児は、必ず最後は大人が確認するようにしましょう。仕上げ磨き中のスキンシップも子どもが幼い頃だけのほっこり♡タイムです。

