



げんきっこ

令和7年9月号

好摩保育所地域子育て支援センター
〒028-4125
盛岡市好摩字野中 69-112
Tel 019-682-2333
<http://www.kidslink.jp/koumahoikusho>



朝夕の涼しい日が少しずつ増え、秋の始まりを感じます。でも、日中はまだまだ暑い日もありますので、水分補給をしながら、元気に遊びましょう。また、秋は、食事でも美味しく感じられますね。しっかり食べて、ぐっすり眠って、生活リズムを整えて、元気に遊びにいらしてくださいね。お待ちしております♪



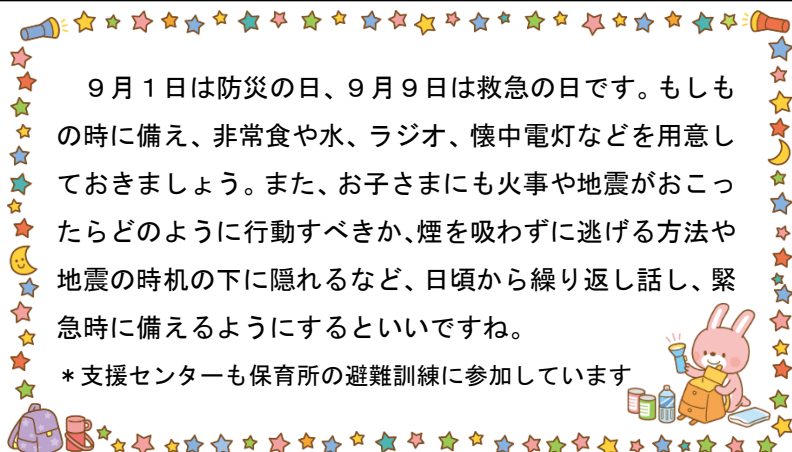
日	月 ママさん広場	火 なかよし広場	水 ひよこ広場	木 なかよし広場	金 なかよし広場	土
	1 保健師さんの 子育て相談 10:00～11:00 玉山総合福祉センター	2 好摩地区公民館	3 好摩地区公民館	4 好摩保育所	5 好摩地区公民館	6
7	8 玉山総合福祉センター	9 好摩地区公民館	10 好摩地区公民館	11 好摩保育所	12 好摩保育所	13
14	15 敬老の日	16 好摩保育所	17 おしゃべりサロン 「ストレッチ講座」 10:00～11:30 好摩地区公民館	18 要予約 好摩地区公民館	19 好摩地区公民館	20
21	22 玉山総合福祉センター	23 秋分の日	24 好摩保育所	25 おしゃべりサロン 「お誕生会」身体測定 10:00～11:30 好摩保育所	26 好摩地区公民館	27
28	29 保健師さんのお話 10:45～11:15 「健診について」 玉山総合福祉センター	30 好摩地区公民館	☆簡単なストレッチをしてリフレッシュしましょう！肩こりや腰痛 予防、産後ママの体型戻しにもおすすめです♡ 講師：BLUE 8 インストラクター 持ち物：水分補給用の飲み物、フェイスタオルなど *動きやすい服装でご参加下さい。子育てボランティアびいーんず さんも来てくれるので赤ちゃん連れママも安心していらして下さい			

～保健師さんの子育て相談～

- ・毎月第一月曜日
- ・10:00～11:00
- ・玉山総合福祉センター

ママさん広場の隣のお部屋で、
保健師さんとお話ししませんか？

身体測定も
出来るよ！



9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。もしもの時に備え、非常食や水、ラジオ、懐中電灯などを用意しておきましょう。また、お子さまにも火事や地震がおこったらどのように行動すべきか、煙を吸わずに逃げる方法や地震の时机の下に隠れるなど、日頃から繰り返し話し、緊急時に備えるようにするといいですね。

*支援センターも保育所の避難訓練に参加しています

10月の予定

* 変更や中止となる場合があります。ホームページ等でご確認ください。

* 各催しの詳細は支援センターまでお問い合わせください。

好摩保育所



日にち：10月3日(金) * 要予約

場所：好摩保育所所庭（天候によって好摩地区体育館）

持ち物：フェイスタオル、水分補給用の飲み物

* 未就園児レースにぜひご参加ください♪（プレゼントあります）
動きやすい服装でご参加ください。

おしゃべりサロン

日時 10月23日(木)10時～11時30分

場所 道の駅もりおか渋民 たみと

フューチャーセンター（C棟）

「えいごであそぼう」

講師 高橋美華子先生

* 赤ちゃんから参加できるハロウィン
にちなんだ企画です。



今年4月にオープンした「たみと」にて好摩保育所子育て支援センター「おしゃべりサロン」を初めて行います！雄大な岩手山や姫神山、渋民の街並みを見ることができステキな場所で一緒に楽しみましょう♪



おしゃべりサロン

日時 10月27日(月)10時～11時30分

場所 玉山総合福祉センター

「手作りおやつ試食会」

講師 栄養士（盛岡市母子健康課）

要予約（10組くらい）

* メニューは次回げんきっこで
お知らせします。



おしゃべりサロン 水遊びの様子♪

お水が冷たくて
気持ちいい♡



みんなで遊ぶと楽しいね～



麦わら帽子にあうでしょう♪

お気軽に
お電話下さい

子育て相談しております♪

月曜～金曜（9時～16時）

育児相談専用電話

☎019-682-2333



一時保育ご利用ください♪

* ご利用は面談を行ってからとなります。詳しくは
下記までお問い合わせください。（電話受付 9時～16時）

好摩保育所 ☎019-682-0620

