



子育て広場

時 日時 場 場所 対 対象 内 内容
定 定員 費 費用 持 持物 申 申込

子育てのお知らせ

■栃木市こどもサポートセンターをご利用ください

お子さんの心や育ちについて、医師や専門家に気軽に相談できる場所です。お子さんの様子や保護者の方が心配していることとお伺いし、必要に応じた支援につなごうとします。お気軽にお問い合わせください。

相談 保護者を対象に、医師や言語聴覚士、臨床心理士が相談に対応します。
(電話による事前予約 / 60分 / 無料)

検査 お子さんの状況を捉えるために、各種検査(言葉や発達の検査)を実施し、保護者へ報告します。

その他 お子さん向けの教室・スクール・クラブや、家庭での関わり方や具体的な対応方法等についての講話や座談会も開催しています。



☎ 子育て支援課 こどもサポートセンター ☎ (20) 7705

■ペアレントトレーニング連続講座(全4回)

自分らしく前向きな子育てができるよう家庭での子どもへの関わり方を学びます。

日時 9月13日(月)、10月4日(月)、10月25日(月)、11月15日(月)
時間はすべて13時30分~15時

場所 栃木市こどもサポートセンター(城内町2丁目)

対象 市内在住で、6歳以上高校3年生くらいまでのお子さんがいる保護者(原則として4回の講座に参加できる方)

内容 子ども心の変化や発達の捉え方から、長所の伸ばし方、ほめ方、困った時の対応の仕方などを専門家と学んでいきます。

定員 15人

費用 無料

申込 9月3日(金)17時までに下記センターへ直接電話にて。

☎ 子育て支援課 こどもサポートセンター ☎ (20) 7705

『寝る子は育つ』ホントの話



「睡眠」は、大人にとっては頭と体を休ませるためのものですが、子どもにはそれだけでなく、未熟な頭と体を「発達」させるために必要な大切なことです。よく寝ることでよい心身が作られるので、『寝る子は育つ』は事実なのです。

睡眠不足や生活習慣の乱れが、子どもの成長や発達によくない影響を及ぼすことが分かっています。また、生活リズムを整えると、次のような利点があります。

- ①集中力が育つ：ぐっすり眠って朝太陽の光を浴びるとセロトニンという集中力を高めたり、感情をコントロールしたりするホルモンの分泌が増えます。
- ②抵抗力がつく：夜、暗い部屋で静かに眠っていると、メラトニンというホルモンが分泌されます。メラトニンは感染症などへの抵抗力を高める働きがあるので、よい睡眠がとれている子は病気になりにくい傾向があります。
- ③自己肯定感が育つ：人は睡眠中に記憶を整理しています。たくさん眠ることで体験したことがインプットされ、自分のものになっていきます。「やったことがあるからできる」という自信をもち、自己肯定感が高まります。

脳が発達する思春期までの時期は、大人に比べて長時間の睡眠が必要です。子どもの頃からしっかりと眠る習慣をつけましょう。生涯学習課 ☎ (21) 2490

今月の Pick Up! 「地域子育て支援センターにしかた」



支援センターにしかたは、西方なかよしこども園内にある小規模支援センターです。小さい施設だからこそ、皆さんフレンドリーに過ごすことができる場です。市役所本庁舎から車で約15分の距離にあります。いつでもお気軽にお越しください。

毎週なかよしひろばでは、制作や講座などの行事も行っていますので、皆さんのご参加をお待ちしております。



詳しくはHPをご覧ください →



児童館・支援センターなどのお知らせ

児童館や支援センターのそのほかの行事やご案内は、市や各施設のホームページでご覧いただけます。詳しくは、右のQRコードのリンク先へ!



<お知らせ> 掲載されたイベント等は、新型コロナウイルスの感染防止等の理由により、中止・変更になる場合がございます。最新の情報は各施設にお問合せください。また、行事に参加される際は感染防止のため、マスクをご着用ください。

施設名	各施設からのお知らせ・今月の主な行事
いまいずみ児童館 ☎ (27) 5322 9時~17時・水曜祝日休	にこにこたいむ ☎ 9月6日(月)10時~11時30分 3ヶ月~未就園児と保護者 ☎ 当日30人(先着順) 敬老の日プレゼント~手形ポップアップカード こどもアトリエ ☎ 9月24日(金)10時30分~ ☎ 1歳以上の未就園児と保護者 ☎ 20組 ☎ カンタンくるくる風 ☎ 8月12日(木)~★その他の行事はHPにて
そのべ児童館 ☎ (20) 6231 9時~17時・木曜祝日休	きねんび☆photo ☎ 9月7日(火)10時~ ベビーピクス ☎ 9月13日(月)10時~ ペたペたひろば ☎ 9月14日(火)、15日(水)10時~ 敬老の日プレゼント作り ☎ 9月17日(金)~19日(日) よーいドン ☎ 9月28日(火)10時~★予約等、詳しくはHPをご覧ください。
はこのもり児童センター ☎ (24) 4034 9時~19時・水曜祝日休	クリア☆マスクケース ☎ 9月4日(土) ①14時~②15時~ ☎ 各時間10人 ☎ 18歳未満(未就学児は保護者同伴) 作って回そう!糸引きゴマ ☎ 9月26日(日)14時~17時 ☎ 20人 ☎ 3歳以上18歳未満(未就学児は保護者同伴) ☆共通事項 ☎ 当日9時受付開始(電話可)
地域子育て支援センター(とちぎ) ☎ (23) 2740 9時~16時30分・土日祝日休	子育て講座「ベビーヨガ」 ☎ 9月28日(火)10時30分~12時 ☎ とちぎコミュニティプラザ和室 ☎ 0歳児と保護者10組 ☎ 動きやすい服装と飲み物 ☎ 9月6日(月)9時から電話にて★他、講座案内はホームページをご覧ください。
認定こども園さくら子育て支援センターゆめふうせん ☎ (24) 3900 9時~15時・土日休	親子ふれあい給食 ☎ 9月6日(月) 1.2たいそう ☎ 9月8日(水) 健康相談日・双子ちゃん遊ぼう ☎ 9月13日(月) レッツA・B・C ☎ 9月15日(水) リズムdeポン ☎ 9月27日(月) 乳児親子運動会 ☎ 10月8日(金) ★詳細は上記QRコードより、さくら版をご確認ください
認定こども園おおみや幼児教育センター子育て支援センターふれあいポッケ ☎ (27) 8890 9時~14時・土日祝日休	親子でできるゆるゆる体操 ☎ 9月16日(木) ☎ 1歳~未就園児と保護者 ☎ リズム遊び みんなでおめでとー! ☎ ①ハーフパースディ:9月2日(木) ②1・2・3thパースディ:3日(金) ポッケ広場 日程、詳細は、ホームページをご覧ください。 ☆共通事項 ☎ 10時30分~ ☎ 平日9時~15時
けやき保育園子育て支援センター きらり ☎ (23) 8905 ☎ (23) 8905 10時~15時・土日祝休	身体測定 ☎ 9月1日(水)、15日(水) 両日午前のみ ベビーフォトガーランドをつくろう ☎ 9月9日(木) 誕生会(8・9月生まれ) ☎ 9月14日(火) ☎ 8月23日(月)~10月のカレンダー作り ☎ 9月21日(火)
とちぎおもちゃ図書館・たんぼぼ ☎ (51) 3475 10時~12時、12時30分~15時30分・土(第1・3・5)日祝日休	チラシで遊ぼう to 十五夜イベント ☎ 9月13日(月)10時30分~11時30分(開始10分前にはお越しください) 場レクリエーション室 ☎ 未就園児の親子10組 ☎ チラシ遊び・十五夜に触れ親子で粘土のお団子作り ☎ 8月20日~来館して申込★密を避けるためイベント参加者のイベント後の来館はご遠慮ください。
地域子育て支援センターおおひら ☎ (43) 1134 9時~16時・月曜祝日休	ころころ広場 ☎ 10月6日(水)または19日(火)または26日(火) ☎ 9月10日(金) あかちゃんサロン ☎ 10月7日(木)または28日(木) ☎ 9月8日(水) 音楽コンサート ☎ 10月14日(木) ☎ 9月17日(金) リトルサロン ☎ 10月22日(金) ☎ 9月15日(水) ★詳細はHPでご確認ください。
大平児童館 ☎ (43) 2350 8時30分~17時30分(7・8月は18時)・月曜祝日休	ベビーマッサージ ☎ 9月21日(火) ①10時~②11時~ ☎ 100円 ※初回参加者+100円 ☎ 9月14日(火)~産後の骨盤調整 ☎ 9月14日(火) AM ※ひとり30分 ☎ 3千円、託児一人100円 ☎ 9月7日(火)~アロマハンド&ヘッドマッサージ ☎ 9月22日(水)10時30分~12時 ☎ 無料 ★詳細・その他HPにて
大平みなみ児童館 ☎ (43) 9880 8時30分~17時・月曜祝日休	敬老の日プレゼント作り ☎ 9月11日(土) ①10時②11時 ☎ 小学生 ☎ 世界でひとつだけの手ぬぐい作り(染物) ☎ 各5人 ☎ 200円 ☎ 8月20日(金)9時 チャレンジタイム ☎ 9月25日(土)14時~14時30分 ☎ 小中学生・幼児(保護者同伴) ☎ たこやき焼けたかな? ☎ 当日13時45分
フォレストキッズ保育園子育て支援センター エンジェル ☎ (20) 0808 9時30分~14時30分・土日祝日休	子どもの自己肯定感が高まる天使の口癖 ☎ 9月9日(木)10時15分~11時15分 ☎ 6組 ☎ 8月18日(水)から受付中 ★行事の詳細やその他の行事・変更等はフォレストキッズ保育園HPをご覧ください。
地域子育て支援センターふじおか ☎ (62) 5011 9時~16時・土日祝日休	わくわくタイム 手作り楽器遊び ☎ 9月3日(金)10時30分~11時30分 ☎ 乳幼児と保護者 ☎ お家でも遊べる簡単手作り楽器です。 わくわくタイム 渡良瀬の里公園で遊ぼう ☎ 9月30日(木)10時30分~11時30分 ☎ 乳幼児と保護者 ☆共通事項 ☎ 8月23日(月)午前9時~
ふじおか幼稚園子育て支援センター もりのカフェ ☎ (61) 1152 10時~15時・土日祝日休	ベビーマッサージ ☎ 9月16日(木)10時30分~ ☎ 妊婦さんから1歳前後の乳幼児 ☎ ベビーマッサージ、体重測定 ☎ 350円 ☎ 8/26(木)10時~電話にて 砂場であそぼう ☎ 9月30日(木)10時30分~ ☎ 1歳前後から4歳までの未就園児と保護者 ☎ 7組(先着順) ☎ 9/9(木)10時~電話にて
地域子育て支援センターつが ☎ (27) 2122 9時~16時・土日祝日休	身体測定・えのく遊び ☎ 9月2日(木) ベビーマッサージ ☎ 9月9日(木) ☎ 6ヵ月までのお子さん フォトフレーム制作 ☎ 9月16日(木) おはなし会 ☎ 9月30日(木) ☎ 定5組 ☎ 8月23日(月)9時~★詳細はHPをご覧ください
地域子育て支援センターにしかた ☎ (92) 2900 9時~17時・土日祝日休	季節の壁掛制作 ☎ 9月1日(水)10時30分~11時30分 ☎ 支援センター ☎ 未就園児と保護者 ☎ 5組 ☎ 無料 ☎ 事前申込(電話又は来館) ★その他の行事は、ホームページでご確認ください。
地域子育て支援センターいわふね ☎ (55) 7920 9時~16時・土日祝日休	ハッピー子育て講座 ☎ 9月28日(火)10時30分~11時30分 ☎ 9月6日(月)電話にて9時~ ☎ 心が育つ親子のかかわり「ココロ貯金」で心をほっとに ★親子で楽しめる活動をたくさん行っています♪詳しくはHPをご覧ください。