

予約時間	遊べる時間と定員	予約方法
① 9:20～10:05 未就学児のみ利用可	<ul style="list-style-type: none"> 各時間帯、先着4組 子ども1名、大人1名につき1組 (子ども2名の場合は2組分の予約) 各時間の間に消毒・換気を行っています。 幼稚園、保育園児の利用は、利用当日13:00から受け付けます。 	<ul style="list-style-type: none"> 電話でのみ受付いたします。
② 10:35～11:20 未就学児のみ利用可		
③ 13:00～13:45		
④ 15:00～16:30 この時間帯で45分間		



センター利用は引き続き予約制で行ってまいります。状況により予定を変更、中止させていただく場合もありますのでご了承ください。市のホームページでもご確認下さい。

楽しいおもちゃが、お友だちを待っていますよ。通常利用で遊べます。

★2月16日(水)・3月17日(木) ZOOMで誕生会。どなたでも視聴できます。ご予約された方へパスワードをお伝えします。2月、3月生まれのお子様にはお誕生カードをプレゼントしますよ。詳しくはお問い合わせください。

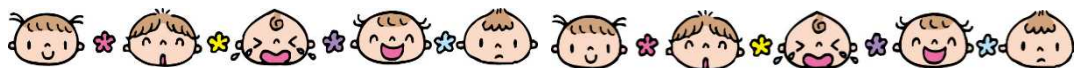
- ★来館時に体温計測を実施します。
- ★来館時や、トイレの後は、石鹸での手洗い及びアルコール消毒をお願いします。親子ともに館内では必ずマスクを着用して下さい。(原則2歳以上)
- ★使用できるおもちゃは限られた物のみとなりますのでご了承ください。

安心して利用出来るよう、皆様のご協力をお願い致します。

☆ 育児相談や訪問相談も(予約制)毎日行っております。電話での相談も受け付けております。お気軽に声をかけてください。

おねがい

- *センター内では、貴重品は必ず身につけておいてください。
- *子どもさんに名札をつけてください。
- *ゴミ、紙おむつ、汚物は各自で持ち帰りください。
- *水分補給は大事です、お茶や湯冷ましを持ってきましょう。(ジュースやお菓子等は、持ってこないでください。)



四条子育て支援センター

大東市野崎1丁目6番35号

TEL / FAX 072-876-7510

【Email】shisien.hoiku@city.daito.lg.jp

開館日 月曜日～土曜日(日曜祝日及び年末年始は休館です)

暴風警報、大雨警報、特別警報発令時は臨時休館

利用時間 午前9時～午後5時まで

利用対象 大東市在住の就学前の乳幼児と保護者・妊婦



最寄駅: JR 学研都市線 野崎駅から徒歩3分
※駐車場はありません



ひよっこだより



NO. 118 2022年2月3月号

大東市立四条子育て支援センター

節分が過ぎると春に一步ずつ近づきますよ。そう言ってもこれからが寒さの増す時期ですね。「ひよっこ」はお友だちが遊びに来てくれるのを待っています。子育て支援センターでほっと一息ついてくださいね。空気が乾燥しています。まだまだ感染症の流行にも引き続き注意をしていきましょう。
 (新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、講座・通常利用は引き続き電話での予約制です。尚、電話での育児相談も承っています)



パパも一緒、フラレールで遊ぼう



やったー！サンタさんが来てくれました



ペタペタ貼ってツリー作ろう



寅年は扇の飾りで、おめでとう
元気ですくすく育ちますように



かいっぱい引っ張って！今年も立派な大根が収穫できてみんな大喜びです
お世話くださった職員の皆様ありがとうございました

赤ちゃんの睡眠リズム

生まれたころの赤ちゃんは、昼夜の区別なく、ほぼ一日中眠っていますが、5か月を過ぎるころからは、夜の睡眠が長くなり、昼間起きていることが多くなります。この時期になったら、昼は大人がかかわってあそび、夜は暗くて静かな環境を整えていきましょう。メリハリをつけることで、「昼間起きて、夜眠る」という、睡眠リズムが整っていきます。

元気な1日は 朝ごはんから

朝ごはんには、夜眠っている間に少なくなったエネルギーを補い、低くなった体温を回復させる、大切な働きがあります。

- ① 炭水化物で午前中のエネルギーをチャージ!**
ごはんはおにぎりやいためごはんにしたり、納豆やシラスなどをかけたりと変化をつけると、食べやすくなります。
- ② たんぱく質で体温を上げる**
牛乳だけでなく、チーズやヨーグルトなどの乳製品、ハム、ウインナー、卵焼き、納豆などを食べることでたんぱく質をとりましょう。
- ③ 野菜を食べてビタミン補給**
野菜は、みそ汁やスープに入れてかさを減らすと、食べやすくなります。さっと塩ゆでするだけでも、野菜の甘みが出ておいしいですよ!