



12月のおたより

さわた子育て支援センター

TEL 0259 (52) 0011



カレンダーも残り1枚となり、大人にとっては慌ただしい日々ですが、街のイルミネーションやクリスマスソングに楽しい気持ちになりませんか。子どもたちと一緒に人を愛する心や相手を思いやる心で楽しく温かい気持ちで過ごしたいと思います。ご利用をお待ちしています。

日	月	火	水	木	金	土
		1 せいさく	2	3	4	5
6	7	8 10:30~ やさしい子育て ミニサロン	9	10 10:30~ おおきくなったね	11	12
13	14	15	16 10:30~ 誕生会	17 10:30~ おとなの為の おはなし会	18	19
20	21 14:00~ ベビーマッサージ (2回目の方)	22 14:00~ やさしい子育て ミニサロン	23	24	25(要予約) クリスマス会	26
27	28	29 年末年始休み	30	31		

- ☆ 今月のせいさくはクリスマスグッズを作ります。
- ☆ 「おおきくなったね」では保健師さんの身体計測や相談ができます。母子手帳をお持ちください。
- ☆ 22日のやさしい子育てミニサロンは午後からとなります。お間違いないように。
- ☆ 29日~1月3日までは年末年始休みとなります。
- ☆ 予定表は佐渡市のホームページやfacebookでもご覧になれます。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、混雑時は利用人数を制限させていただく場合があります。ご理解ご協力をお願いいたします。

クリスマス会 12月25日(金)

午前の部 (10:30~)

午後の部 (14:30~)



- ☆ クリスマスのおはなし
- ☆ 楽しい仲間とのミニミニ音楽会

利用者さんと一緒に合奏や歌、ダンスを楽しみましょう。

サンタさんもきますよ♪ お・た・の・し・み・に ♪♪

※ 参加ご希望の方は12月4日(金)までに支援センターまでご連絡ください。

11月のせいさく 手型 足型アート作品展
アイデアとセンスが満載のステキなオンリーワン



ママたちのメンタルヘルスのおはなし（秋山保健師さんのお話より）

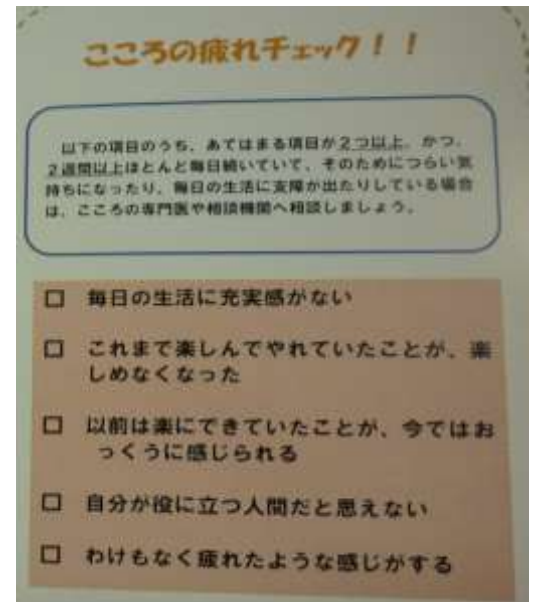
女性は産後、うつになる割合が1/12人。
男性の2倍とか。悩みはみんな同じです。

こんなことはありませんか

- ・ 食欲がない・・・眠れない・・・
- ・ つらい。気分が沈む
- ・ 悩み・不安からあきらめの気持ちになっていませんか
- ・ 仕事や家庭 お金の問題
- ・ 子どもが可愛いと思えない
- ・ 涙もなく涙が出る
- ・ イライラすることがふえた。



一人で悩まずご相談ください



「ないてばかり」「飲まない」「寝ない」など
0歳、1歳、2歳ころはいろいろなことがあります
だけど、子どもってそんなもの
「たいへん」のまっただなかにいるときは
出口が見えないけれど
ときが解決してくれることはたくさんあります
子どもの成長は行きつ戻りつのならせん階段
子供といっしょに
ゆっくり歩いていきましょう

「それでいいよ だいじょうぶ 」より抜粋

< ようこそ佐渡に！ >



九州からお嫁に来てくれたTさん。
佐渡で安心して子育てができるように
子育て支援センターもサポートしていきます。
転勤で佐渡にいらっしゃった方も利用できますよ♪

支援センターでみんな楽しく過ごしませんか お待ちしています。