



じゃんけんポン



士幌町認定こども園
 幼児教育課 子育て支援係
 士幌町字士幌西1線172
 TEL 5-2364

新しい年を迎えご家族とゆったりとした時間の中で、遊びや会話などからお子さんの成長を楽しまれたのではないのでしょうか？まだまだ寒い日が続きますが、生活リズムを整え寒さに負けない元気いっぱい的一年になりますように！

1月 子育てカレンダー

★士幌町認定こども園内 子育て支援室★

月	火	水	木	金
		1 年始休業	2 年始休業	3 年始休業
6 ちびっこ広場 9:30~11:30	7	8 のびのびの日 9:30~11:30	9	10 わんぱくの日 9:30~11:30
13 成人の日	14 (会員制) キッズ・クラブ 10:00~11:30	15 のびのびの日 9:30~11:30	16	17 おひさまの日 9:30~11:30
20 ちびっこ広場 9:30~11:30	21	22 のびのびの日 9:30~11:30	23	24
27 ちびっこ広場 9:30~11:30 制作の日	28	29 のびのびの日 9:30~11:30	30 	31

※子育て事業は、町のHPイベントカレンダーにも掲載しています。

1月の制作

27日(月)ちびっこ広場では
「節分の豆入れ」を作ります



子育て相談について
 電話や来園による子育ての不安や
 悩みの相談を行っています。
 月～金曜日午前9時～午後5時
 相談専用電話 5-2502
 お気軽にご相談ください。

～おねがい～

- ・体調不良、風邪症状（発熱・鼻水・咳・下痢等）が見られるお子さん、保護者の方の利用は控えてください。
- ・水分補給が必要な方は、飲み物を持参してください。
- ・お子さんが口に入れた玩具は、消毒しますので消毒カゴに入れてください。

♡あそびにきてください♡

★月曜日★ちびっこ広場

- 絵本や紙芝居の読み聞かせ
- 月末は制作をします

★水曜日★のびのびの日

- リズムに合わせて手遊びします
- ※中土幌センターと合同

★第2金曜日★わんぱくの日

- 未満児遊戯室で身体を使って遊びます
- ※中土幌センターと合同

第3金曜日★おひさまの日

- 親子ふれあい遊びをします

★子育て支援ルームの利用について★

- ◎町内在住の0歳児から就学前のお子さんを持つご家庭
 - ◎里帰りしている保護者とお子さん
 - ◎妊婦さん(見学のみ)
- 以上の方が対象になります お気軽にお越しください

睡眠時間

●子どもの就寝時間の国際比較



*P&G Pampers.comによる調査より(2004年 対象0～36か月の子ども)
 **パンパース赤ちゃん研究所調べ(2004年 対象0～48か月の子ども)

睡眠の量も質も大事です!

夕食はできれば朝や休日に準備。時には手抜きでも。なるべく午後8時、遅くとも9時には就寝しましょう。

強い光は睡眠と覚醒のリズムを乱します。就寝前の時間帯は、テレビやスマホの光を浴びないで。

就学が近づいたら、学校のリズムに合わせていきましょう。

土幌町のHP・母子モには、カラー版が掲載されています

子育て支援便り→



子育て支援事業の変更などが、ありましたら土幌町のホームページや母子モでお知らせ致しますのでご覧ください。