



いんごっこ通信<2月号>

令和8年2月 上山田子育て支援センター



早いもので暦の上では立春を迎え、厳しい寒さも少しずつ和らいでいく頃となりました。

春の到来を楽しみに、2月は節分の豆まきをしたりお雛様を飾ったりいろいろな行事に触れ、お子様と一緒にこの時期ならではの楽しい経験をしてくださいね。



2月の予定



★栄養相談

相談日 2月12日 木曜日
時間 午前 10時～12時
午後 1時30分～3時30分
1日8組 30分ごと予約制



★誕生日会

日にち 2月16日(月)
時間 10時30分～11時
予約制



誕生日を支援センターでお祝いしませんか？

身長・体重・手型を載せて、お誕生日カードをお作りします。

★就労相談

相談日 2月18日 水曜日
時間 10時～12時
1日4組 30分ごと予約制

★プチ相談・身体測定なども行なっています。気軽に声をかけてください。

甘えることって、とっても大事

アタッチメントを知っていますか？

抱っこされたり、なでられたりすると、赤ちゃんや子どもの脳内にはオキシトシンなどの幸せホルモンが湧き立ちます。その「とても心地よい状態」のときに、いつも見聞きする「やさしい声」や「笑顔」が結びついて、アタッチメント（愛着関係）が作られます。

子どもはその関係をベースに、外の世界の探索を始めます。赤ちゃんの時期を卒業しても、子どもが不安そうなときは、いつでもぎゅっと抱きしめてあげてください。

愛着関係があるから、
少し離れても
大丈夫





子育てひろばにご参加ください！



千曲市公式 LINE アカウントから予約をお願いします。完全予約制で予約は 3 週間前からです。
児童館・児童センターは電話予約でお願いします。詳しくは市報をご覧ください。

2 月 3 日（火）ツインズ＆マザーズ 上山田子育て支援センター（1/13 受付開始）

2 月 10 日（火）リトミック ことぶきアリーナ千曲（1/20 受付開始）

2 月 17 日（火）スマイルママ 戸倉創造館（1/27 受付開始）

2 月 24 日（火）屋代児童センター…リトミック 更級児童館…0 歳児のつどい（2/3 受付開始）

2 月 25 日（水）埴生児童センター…親子リズム（2/4 受付開始）

今日からできる 五感で味わう・楽しむ「食育」

「0・1・2 歳児だから、食育は難しい」「料理や栽培をしている時間がない」と悩んでいませんか。
実は、毎日の食事でも、できることがたくさんあります。ポイントは「五感」を言葉にすること。
0・1・2 歳児には、まだ会話が難しくても、大人が言葉にして伝えていきましょう。



上山田子育て支援センターへの地図

