



入園・入学、新生活に向けて

生活リズムを整えましょう



入園や入学など、新生活が始まると、それまでの生活リズムが大きく変わることも。子どもたちがストレスなく過ごせるようにするためには、あらかじめ生活リズムを整えておくことも大切です。

食事の時間と歯磨き

- ・食事・おやつは毎日決まった時間に
- ・食後は忘れずうがいや歯磨き

排便リズム

朝食後など、トイレは決まった時間に

便秘かなと思ったときは、腹部のマッサージや水分摂取もおすすめ

早寝・早起き

- ・お昼寝は15時までに
- ・就寝は21時までに

朝日を浴びると眠気をもたらすメラトニンの分泌を抑えてくれます

体を動かす

生活の中にマッサージや散歩、外遊びを取り入れる

スマートフォンやテレビの利用時間

時間を決めて使用する

長時間の使用が体内時計に影響します

気になることや心配事があれば、気軽に相談してください。

☎健康長寿課 健康推進係(子育て世代包括支援センター) ☎お太助フォン 42-5633

こども発達支援センター 常時実施

こども発達支援員が、就学までの乳幼児の心身の成長・発達に関する悩みなどの相談に応じます。

☎電話受付
☎月～金(祝日除)8:30～17:15
☎こども発達支援センター ☎お太助フォン47-4151

地域子育て支援事業 常時実施

子育て中の保護者と子どもの交流の場としていつでもご利用できます。保育士による育児相談やアドバイスなど、地域での子育てを支援します。

吉田保育所	月～土(祝日除)9:00～17:00	☎お太助フォン 42-0662
みどりの森保育所	月～土(祝日除)9:00～17:00	☎お太助フォン 54-0880
ふなさ保育園	月～土(祝日除)9:00～17:00	☎お太助フォン 57-0007
くるはら保育園	月～金(祝日除)9:00～17:00(土～12:00)	☎お太助フォン 57-1633
甲田いづみこども園	月～金(祝日除)9:00～17:00	☎45-7270

子育て支援センター 常時実施

家庭児童相談員、母子・父子自立支援員、保健師、子育て支援員が子育てに関する悩みなどの相談に応じます。

※電話相談も受け付けます
☎月～金(祝日除)8:30～17:15
☎子育て支援課 児童福祉係 ☎お太助フォン47-1283

園庭開放

下記の保育園は随時園庭開放を行っています。日程は直接各保育園にお問い合わせください。

可愛保育園	☎お太助フォン 43-1776
刈田保育園	☎52-2099・お太助フォン 88-0855
八千代南保育園	☎お太助フォン 52-3048
そらはる保育園(認可外)	☎43-0611



☎健康長寿課 健康推進係 ☎お太助フォン 42-5633
 ☎子育て支援センター ☎お太助フォン 47-1283
 ☎「集まれ!安芸高田のアイドル」撮影会 総務課 秘書広報室 ☎お太助フォン 42-5627
 ☎「ブックスタート」生涯学習課 社会教育係 ☎お太助フォン 42-0054

お問い合わせ先

2022
3



お茶・タオル・着替え・帽子を持ってきてください

げんきな親子



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

アイコンの説明

園庭開放

図書館おはなし会

みどりの森保育所(大きくなったねの会) 巡回育児相談会

吉田保育所(ひなまつり会) 巡回育児相談会

吉田幼稚園(ひなまつりコンサート) 3歳児健康診査

かみしばい会 園0歳～小学校低学年

6

かわね保育園(春探し) 園9:30～11:00

みつや保育所(体験入園) 要予約 園10:00～11:00

吉田保育所(いっばいあそぼう!) 園10:00～11:30

甲田いづみこども園(園庭であそぼう!) 巡回育児相談会

くるはら保育園(サーキットあそび) 1歳6か月児健康診査

吉田幼稚園(お別れ会) 園10:00～11:30

育児相談会 園乳幼児 園保健センター

13



吉田保育所(おたのしみ会) 園10:00～11:30

4か月児健康診査

親子交流会 園0歳～4歳

おひざにだっこのおはなし会

おはなし会 園0歳～小学生

20

ひの川幼稚園(なかよし広場) 園10:30～11:45

入江保育所(はる春ルルル) 園10:00～11:00

2歳6か月児相談

10か月児相談

絵本と紙芝居のおはなし会

安芸高田のアイドルの撮影を行います!

※諸事情で、日程を延期または中止する場合があります。変更する場合は、ホームページや子育てアプリあきたかた「母子モ」等でお知らせします。また、健康診査や相談会は、対象者の方に個別にご案内します。

健康診査

診察および育児全般の個別相談

育児相談

保健師・栄養士による育児全般の個別相談

巡回育児相談会

保健師・保育士が保育所・保育園に訪問し、育児相談に応じます。

2歳6か月児相談

身体計測、食生活・歯・言葉など、育児全般の個別相談

母乳相談・妊婦相談

助産師による母乳測定、乳房トラブル、卒乳、妊婦健康診査の結果や生活などの相談

マタニティ教室

保健師・助産師・栄養士による妊娠期の過ごし方や出産の準備について説明。沐浴(もくよく)練習もできます。

子育て広場

(親子交流会・親子体操)

託児はありませんが、ごきょうだいを連れての参加もできます。

予防接種・成長記録・街の育児情報

子育てアプリあきたかた



母子モ