

秋の深まりとともに、朝晩の寒さと湿度の低さを感じる時期となりました。

こどもの手足が冷たいとつい厚着をさせてしまいがちですが、活動的なこども達は汗をかいていることも多く、逆に身体を冷やしたり免疫力を下げてしまいます。

室内では薄着を基準に、お出掛けの際は脱ぎ着が出来る薄手の上着を持っていくのがおすすめです。



りんごや柿、ぶどうといった果物だけでなく、土の中で大きくなった野菜（ほうれん草、にんじん、大根など…）秋の実りを食べて、元気に過ごしましょう！

ランチタイムをしています

こどもセンターでは、オープン・スペース
11:45~12:30 でお弁当が食べられます。
購入したパンやお惣菜でも OK!

※菓子パンやチョコ、ゼリーは他の子ども食べた
くなってしまうのでご遠慮ください。

みんなで一緒に食べるお弁当は、こども達にとってもママ達にとっても美味しく、
楽しい時間♪ 『帰ったらお昼寝』の
サイクルができると、ほっとひと息♪
な自分時間が作れる
かも…



プログラムのご案内

- ・ 離乳食講座《初期・中期》 11 日（火）13:45~14:30 （要予約 5 組）

当園管理栄養士が担当し、実際に試食をしながら離乳食についての相談を直接話せる時間です。 参加費：100 円

- ・ 双子(多胎児)のつどい 13 日（木） （要予約） 双子（多胎児）ならではの育児トークをしませんか。

- ・ アンティ・マミー 18 日（火）9:45~11:45 6 ヶ月~1 歳（歩行完了まで） （要予約）

25 日（火）9:45~11:45 1 歳~3 歳の誕生月まで （要予約）

子育て支援ボランティアのアンティマミー（お母さんみたいな隣のおばさん）がセンターでお子さんをお預かりします。

- ・ 園長先生の子育てワンポイントアドバイス 20 日（木）11:20~ 14:30~

- ・ ホット・スペース 21 日（金）13:30~15:00 （要予約）

お子さんの成長・発達に不安のある方、医療的ケアを必要とされている方がゆったりと過ごせる時間です。

- ・ ハッピー・マタニティ 25 日（火）13:30~15:00 妊婦さん対象 （要予約）

- ・ 臨床心理士来所 26 日（水） （個別での相談希望の方は要予約）

周産期心理士として家族の心に寄り添って活躍されていました、母親の心のケアをされている先生です。

- ・ アロマハンドトリートメント 27 日（木）13:30~14:45 参加費：300 円（10 分）

アロマの香りとタッチングの相乗効果でより深いリラックス&リフレッシュタイムを過ごせます。

- ・ おはなし会 28 日（金）9:30~10:00

松戸市読書推進委員のおはなしボランティアさんによる大型絵本や紙芝居の読み聞かせの時間です。

- ・ リラックスヨガ 28 日（金）13:45~14:30 妊婦さん、0 歳児親子対象 （要予約 6 組）

子連れ OK! ママの為のリラックスヨガです。心も身体もほぐれ、リフレッシュ出来るひと時です。 参加費：500 円

持ち物：素足で動きやすい服装、ヨガマット又はバスタオル、水分補給、汗拭きタオル

風の丘・こどもセンター

2025年 / 11月の予定表

松戸市大橋300-1 予約・お問い合わせ TEL(047)-375-8447(9:00~17:00)

●育児相談 8:30~17:00 (月~金)

●オープン・スペース開所時間 9:00~11:45 13:30~15:00 ●ランチタイム 11:45~12:30

◎色が付いている部分は予約が必要な講座です。来所時、またはお電話にてご予約ください。



	月	火	水	木	金	土
日						1
午後						園庭開放(雨天中止) 9:00~11:00
日	3	4	5	6	7	8
午前	文化の日	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	園庭開放(雨天中止) 9:00~11:00
午後		オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース 発育測定(0歳)	
日	10	11	12	13	14	15
午前	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	双子のつどい 双子・多胎児親子/妊婦さん	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	センターお休み
午後	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	離乳食講座 《初期・中期》 (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	
日	17	18	19	20	21	22
午前	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	アンティマミー (9:45~11:45) (6ヶ月~1歳)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープンスペース/ 園庭開放(1歳以上) 園長先生の子育て ワンポイントアドバイス	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	園庭開放(雨天中止) 9:00~11:00
午後	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	オープンスペース/ 園長先生の子育て ワンポイントアドバイス (妊婦さん~0歳)	ホット・スペース	
日	24	25	26	27	28	29
午前	振替休日 (勤労感謝の日)	アンティマミー (9:45~11:45) (歩行完了~3歳の誕生日)	オープン・スペース/ 臨床心理士来所 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 9:30~10:00 おはなし会	センターお休み
午後		ハッピーマタニティ (妊婦さん)	オープン・スペース/ 臨床心理士来所 (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース/ ハンドトリートメント (妊婦さん~0歳)	リラックスヨガ (妊婦さん~0歳)	