

# ここ♡すまいる♡通信 2月号

ここ♡すまいる♡ **観音寺** Tel. 0875-25-2166

ここ♡すまいる♡ **大野原** Tel. 0875-54-3055

ここ♡すまいる♡ **豊 浜** Tel. 0875-52-5535

申込みや問い合わせは、利用する**ここ♡すまいる♡**まで。お気軽にお問い合わせください。

利用案内や毎月の通信を発信しています

観音寺市 SNS



観音寺市 HP は、こちらから



まだまだ寒い日が続いています。空気も乾燥する時期なので、湿度を保ち、手洗いやうがいを心がけ、元気に過ごしましょう。



## 豆知識 (節分と立春)

節分は、立春の前日に当たり、冬から春への季節の節目を意味しています。そして、みんなが健康で幸せに過ごせますようにという願いを込めて、邪気を追い出し福を呼び込む日です。

通常は、2月3日が節分ですが、「うるう年」の関係から、今年は2月2日が節分となります。ちなみに、立春や夏至といった暦は、国立天文台が定めているそうですよ。



## 利用について

対象者 子どもと保護者、子育てにかかわる人  
\*保護者の方だけでも利用できます。

日 時 月曜日～金曜日 9時00分～11時30分  
14時00分～16時30分

☺ 電話での問い合わせや相談は、9時～17時  
いつでも受付けています。

## 就学前児童親子相談 (事前予約)

臨床心理士・公認心理師 **いりえ ひかる** 先生

ここ♡すまいる大野原 2月12日(水)10時～12時

ここ♡すまいる観音寺 2月17日(月)10時～12時

\* お子さんと一緒に保護者の方だけでも利用可。

## ここすまひろば みらい

9時30分～11時30分

ここすまいる大野原 2月 3日 (月)

ここすまいる観音寺 2月 14日 (金)

ここすまいる豊 浜 2月 17日 (月)

赤ちゃんから就学前のお子さん、どなたでも、親子で参加できる遊び・交流の場です。

時間内であれば、いつでも参加できます。

## 背すじぴん! で 元気!

寒いとつい背中を丸めてしまいますね。でもそれでは、心臓や胃、腸などが活発に働いてくれません。また、乳幼児期は背骨や、背骨を支える筋肉が発達する大切な時期。強い骨と筋肉を作るためにも、よい姿勢で過ごすことを心がけましょう。背すじぴん! は気持ちいいばかりでなく、健康にもよい影響を与えるのです。



## 親子遊び・交流会

### 親子 de ここすまいる

日時：2月17日(月) 15:30～16:30

場所：大野原こども園 すくすく棟 遊戯室

対象：市内在住の3歳児親子

親子で触れ合う楽しい遊びがいっぱい!  
こども園の広い遊戯室で、臨床心理士、作業療法士の方や子育て支援員と一緒に遊びましょう。



## ♪ つぼみ



- ① つぼみのなかで おはながねんね  
まだまだ さむい しずかにねんね
- ② つぼみのなかで おはながねんね  
はるがくるまで しずかにねんね
- ③ うれしいはるが もうすぐくるよ  
それまで ねんね しずかにねんね



かわいらしい歌詞に、ほんわかあったかい気持ちになりますね。

子どもさんと一緒に、桃・梅・ヒヤシンスなどのつぼみや木の芽、冬眠から目覚め始めた虫などを見つけてみませんか。身近な自然への興味が増すとともに、春の訪れがより待ちどおしくなりますよ。

