

koko smile こどもも おとなも おうえんするよ koko smile
 観音寺市子育て支援ルーム **ここ♡すまいる** 2026
ここ♡すまいる通信 4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、利用したい
 ここ♡すまいる♡ に連絡してください。

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



ここすまいるの、遊び・交流の場です
 気軽に遊びに来てくださいね

ここすまひろば みらい 9:30~11:30

ここすまいる大野原 4月13日(月)

ここすまいる観音寺 4月20日(月)

ここすまいる豊 浜 4月27日(月)

毎月実施しています。赤ちゃんから親子で参加できます。
 思い思いにおもちゃで遊んだり一緒に遊んだりしましょう。
 時間内であれば、自由に利用できます。

親子deここすまいる

親子でふれあう楽しい遊びがいっぱいの交流の場です。

*初回は、5月19日(火)大野原子ども園すくすく棟遊戯室で行う予定です。詳細は5月号でお知らせします。

**『子どもによる 子どものための
 『子どもの権利条約』』**(1995年小学館刊行)より

第6条 いのちのこと

- 1 ぼくらは、生きていいんだ。…(略)…
- 2 だから、どんなときも、ぼくらが元気に生きて、育っていけるように、できることは全部してほしい。

*「子どもの権利条約」(児童の権利に関する条約)は、世界中すべての子どもたちがもつ人権(権利)を定めた条約です。1989年、国連において採択され、日本は1994年に加入しました。

この本は、当時の中学生が“子どもたちにもわかるように”と、谷川俊太郎さんたちの協力を得て、自分たちの言葉で訳したものです。



春らんまん

明るいやわらかな日差しに包まれるようになりました。赤ちゃん初めての春を過ごすご家族や出産を控えている方もいることでしょう。

入園・入所・入学や新しい生活が始まる家庭も多いと思います。そうした環境の中では、子どもも大人も緊張して、疲れが出やすいようです。気負わずにお子さんと一緒に、春の自然に触れるなどして、楽しみながら生活リズムを整えましょう。

生活リズムを身につけよう

新しい環境に入る春は、生活リズムを見直すチャンスです。よい生活習慣を身につけることが、健康に過ごせる基本。ぜひ実践してみてください。

①早寝早起きを意識して

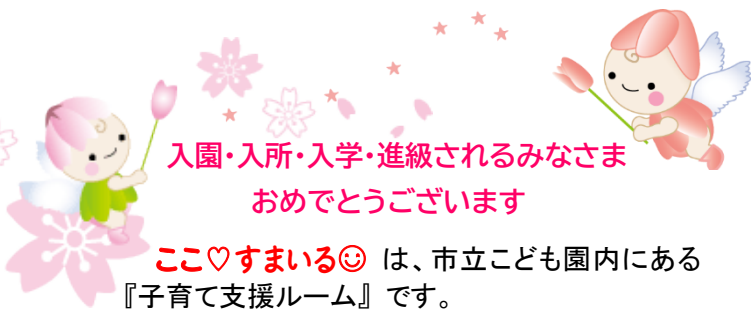
眠りは日中の疲れをいやし、成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。夜遅くても9時までには寝て、朝は7時までには起きるように促してみましょう。

②朝ごはんを食べよう!

朝ごはんを食べないと、ぼーっとして活力がわいてきません。元気の源となる朝ごはんは必ず食べましょう。

③うんちは済んだかな?

朝ごはんを食べると、腸が刺激されて働き出し、排便を促します。ご飯の後はおうちタイムをとり、トイレに座りましょう。



入園・入所・入学・進級されるみなさま
 おめでとうございます

ここ♡すまいる♡ は、市立子ども園内にある『子育て支援ルーム』です。

「子どもとゆったり遊びたい」「今、どんな遊びやおもちゃが楽しいのかな」など、いろいろな遊びに触れ、安心して過ごせる場を用意しています。

「育児や家庭でのこと、聴いてほしいな」「子どものこと、園や学校でのこと、少し気になる」…いろいろと思う時、話を聴き、一緒に考えていく場になるよう努めています。

気軽に遊びに来てくださいね。

利用について

くわしい内容は、『利用案内』をご覧ください。

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 4月 8日(水)10時～12時

ここすまいる観音寺 4月15日(水)10時～12時

* お子さんと一緒でも保護者の方だけでも利用可。