



【11月の予定】



月

火

水

木

金

3日 文化の日 お休み	4日 ゆんたく ストレッチ 10:00~11:00 ※要予約	5日	6日 栄養士相談 15:00~16:00 ※要予約	7日 お休み (相談受付可)
10日	11日	12日 身体測定 希望者	13日 小さな運動会 児童館・ 支援センター合同 10:30~11:30	14日
17日 絵本 読み聞かせ 10:00~10:30	18日	19日 誕生会 10:30~11:00 ※要予約	20日	21日
24日 勤労感謝の日 振替休日	25日	26日	27日	28日

利用案内

【午前の部】月曜日～金曜日 9:00～12:00

【午後の部】火曜・木曜日 14:00～16:00

月・水・金の午後は育児相談を受け付けています。
(お気軽にご相談ください ※要予約)

☆おねがい☆

- *初めての来所の方は利用登録をお願いします。
- *来所時には、受付簿に名前を記入してください。
- *園庭やテラスで遊ぶ際には、担当までお声掛けください。
- *状況により時間、人数制限の変更をさせていただくことがあります。ご了承ください。
- *11月の講座は利用登録をしている方から申し込み順にご案内いたします。
- *利用に際しては、駐車場の数に限りがあり、事前にお電話での確認をお願いいたします。

栄養士相談

11月6日(木)
15:00~16:00
講師:工藤優美氏
場所:みるくる支援室
参加費:無料 5組程度
※要申し込み



絵本読み聞かせ

11月17日(月)
10:00~10:30
講師:川平栄子氏
場所:みるくる支援室
参加費:無料



11月生まれのお誕生会

11月19日(水)10:30~11:00
みるくるでもお祝いさせていただきますね
事前の申し込みが必要です。職員にお声かけください。
お誕生カード代 300円をお願いします。



【ゆんたくストレッチ】

○講師:坂本 渚氏(体操教室講師)

○日時:令和7年11月4日(火)
10:00~11:00

○場所:新栄町こども園遊戯室

○参加費:無料 10組程度(要予約)

○持ち物:タオル、水筒

※駐車スペースあります



【小さな運動会】～児童館・支援センター合同企画～



○日時:令和 7 年 11 月 13 日(木) 10:30～11:30 まで(10:00 受付開始)

○場所:石垣市総合体育館武道場

○持ち物: 水筒 動きやすい服装

○内容:親子で楽しく体を動かして遊びましょう



～プログラム～

- | | |
|----------------------|--------------|
| ① 入場行進・体操 | 参加者全員 |
| ② 親子競技～アンパンマン号で GO!～ | 参加者親子 |
| ③ 玉入れ | 歩ける子と保護者 |
| ④ ハイハイ競争 | ハイハイのみの子と保護者 |
| ⑤ パン食い競争 | 保護者 |
| …終わりの言葉 メダル授与… | |

親子で体を動かして遊ぶことを楽しみましょう

日中はまだまだ暑い石垣島も、日が暮れるのが早くなり、肌に触れる風もだんだんと冷たくなり、秋の気配が感じられるようになりました。

運動に適した季節となり、児童館・支援センター合同で初の企画「小さな運動会」を実施致します。各施設を利用しながら、顔見知りのパパ・ママも増えている事と思います。また、利用したことない方も大歓迎です。気軽に参加できるプログラムをご用意しています。競争に参加できなくても、雰囲気を楽しむことも可能です。乳幼児期は、上手にできる・早く走れるではなく、大好きな家族やお友達と体を動かす楽しさを体験を通して学ぶことが、大切です。

ぜひ多くの方のご参加お待ちしております。一緒に楽しみましょう♪

(センター長)

10 月の育児講座の様子



育児講座「歯と口の健康講座」より

～子どもの乳歯を虫歯からまもるポイント～

- ① 効果的な仕上げみがきを身につけよう
- ② 正しい食生活を身につけよう！
- ③ 定期的に歯科検診を！



※詳しい資料はみるくるにありますので、見たい方は職員に声掛けください。

★仕上げ磨きに苦労しているママパパも多いと思います。歯磨き中は音楽をかける等楽しい時間にし、終わったら「沢山褒めてあげてください」とのアドバイスもありました。