

# 1月 すくすくだより

令和7年 1月 1日  
喜茂別町子育て支援センター  
TEL 33-2855  
月～金 9:30～12:00/14:00～16:30

## 2025(令和7年) 子育て支援センター 1月予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			元日			
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
	成人の日					
19	20	21	22	23	24	25
	乳児相談 (喜茂別)			ママのストレッチ		
26	27	28	29	30	31	
		子育て支援センターの利用再開は1月6日(月)からです。 今年もみなさまのご利用お待ちしております。				

### オリジナルカレンダー 作りませんか？

新たな1年のお供に『オリジナル  
年間カレンダーを作ろう！』とい  
う企画を準備しています。

お子さまの写真や家族の写真、初  
めて描いた絵など・・・

素材はなんでもOK！！



### ママのためのストレッチタイム

1/23(木)10:30より行います。  
動きやすい服装と水分・タオル等ご持参く  
ださい。  
お子さまは託児します。育児を頑張るママへ  
ほんのひと時ですがリラックスできる時間を

### 節分制作【おにのツノ&豆入れ】

を準備しています！！

2月3日(月)支援セン  
ターで行う節分ごっこに  
使用する予定です♪お  
家での節分にもぜひご  
活用ください(^)



# オリジナルカレンダー作りませんか？

大切な思い出をより色濃く残しましょう

## 期間

令和7年 1月中  
いつでも作成できるよう用意していますので、  
お声掛けください  
仕上げにラミネートをして、お渡しします

## 場所

子育て支援センター  
開所時間内、いつでもお越しください

### ★2025年の年間カレンダーで縦型です

サイズ：A4サイズ 縦297mm 横210mm

A3サイズ 縦420mm 横297mm

使用したい場所に合わせてサイズの選択をしてください

### ★使いたい写真を持参してください

写真にそえるメッセージやメモ、チケット等の思い出のもの、使用したい物を持参してください

お子さんの書いた絵、好みのマスキングテープや装飾品も持参してください

立体の物はラミネートはできませんのでご了承ください

★デザインは、スクラップブッキング風や、大きな写真1枚、絵のみなどお好みで仕上げていただきたいですが、手作りならではのメッセージ、コメントは入れて頂けると、温かみが増すと思いますので、検討お願いします

A4サイズ見本



A3サイズ見本



# ママのストレッチのご案内

育児や家事に追われ、休むひまなく動いている日常でも、運動の面からみると体は運動不足状態となっています。

ストレッチには様々な効果があります。毎日の健康にお役立てください。

- 日にち 1月23日(木)
- 時間 10:30~(30分程度)
- 場所 笑み~な 大会議室
- 参加費 無料
- 動きやすい服装で、水分・タオルをご持参ください。

ストレッチ中はお子さんを預らせていただきます。

ゆっくりとお楽しみください。

講師は yuudai の松岡忍さんです。

ストレッチの他にも日々の体のメンテナンス・セルフケア、育児についてなど、様々な相談にのってくださりますので、お気軽に質問してください。