

わいわい広場 5月だより

令和8年5月1日



たんぽぽ (0歳の会)



さわやかな風が心地よく、新緑がまぶしい季節となりました。体を動かすにはとても良い時期です。戸外でのびのびと遊び、体を強くしていきましょう。また、戸外には虫や花、雲の形の変化など、たくさんの発見があります。五感を刺激し、豊かな感性を育みましょう。

5月のわいわい広場行事予定

- 開催時間…8:30~13:30
- 保険料…子ども1人につき月150円
(東部・北部・猪調共通の保険です。)
- ☆は事前に予約が必要です。各子育て支援センターへお問い合わせください。



- ・佐世保市東部子育て支援センター
(市立早岐保育所)
Tel 0956-39-4002
- ・佐世保市北部子育て支援センター
(市立上相浦保育所)
Tel 0956-47-3329

佐世保市東部・北部
子育て支援センター
インスタグラム



佐世保市HP
二次元コード



	東部		北部	
	子育て支援センター (市立早岐保育所)	子育て支援センター (市立上相浦保育所)	子育て支援センター (市立上相浦保育所)	猪調住民センター
わいわい 広場	月曜日～金曜日 8:30～13:30	月曜日～金曜日 8:30～13:30	月曜日～金曜日 8:30～13:30	金曜日 10:00～11:30
センター シーユ	27日(水) 音楽遊び	18日(月) カラーソルト作り		
育児講座		☆22日(金) 「歯科講話」 講師：健康づくり課歯科衛生士		
誕生会	19日(火)	29日(金)		
給食試食会	☆13日(水)☆20日(水)	☆14日(木)☆28日(木)		
	各4組定員(1家庭1食310円)			

5月の歌「つばめになって」

- つばめになって とんでとんであそぼ ごがつのおそらを
とんでとんであそぼ はい すいすいすい はい すいすいすい
- つばめになって とんでとんであそぼ ゆうやけおそらを
とんでとんであそぼ はい すいすいすい はい すいすいすい

作詞：塚本 章子 作曲：本多 鉄磨



	東部子育て支援センター (市立早岐保育所)	北部子育て支援センター (市立上相浦保育所)
4日 (月)	※祝日のためお休みです。	※祝日のためお休みです。
11日 (月)	つくってみよう！ 手形アート♡	つくってみよう！ 手型アートキーホルダー
18日 (月)	「ホッとひと息 育児相談室」 佐世保市助産師	お話ししましょう♪ 赤ちゃんあるある
25日 (月)	ふれあい遊び 布を使って遊ぼう♪	「きほんの離乳食講座」 管理栄養士 古賀 貴子氏

- ・日程：毎週月曜日 14:30~16:00
- ・対象：1歳未満の第1子の赤ちゃんとその保護者、妊婦。
- ※事前に予約が必要です。各子育て支援センターへお問い合わせください。

☆睡眠は大切☆

「人生の1/3は睡眠」と言われるように、人間は毎日8時間程睡眠にあてています。睡眠は一日中使っていた脳と体の疲労を取り除き、病気やケガをした時は治す力を高め、回復を早めてくれます。また、「寝る子は育つ」と言われるように、十分な睡眠が体の成長を促進します。質の良い睡眠のためには、早めの就寝が効果的です。

- ・毎日同じ生活リズムで入眠しましょう。
- ・入眠の際は部屋を暗くしましょう。
- ・寝る前はテレビ、スマートフォンの使用はなるべく控えましょう。
(参照：楽しい!ほけんだより)

