

わいわい広場 5月だより

令和7年5月1日

澄み渡る真っ青な空や新緑が目まぶしい季節になりました。さわやかな風が心地よく、散歩や戸外遊びを楽しみやすい時期です。色とりどりの花や小鳥のさえずり、テントウムシやダンゴムシ探しなど、この時期ならではの自然に親子で触れて楽しみましょう。

- ・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

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。詳しくは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)	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	金曜日 10:00～11:30
センター シーユー	13日(火) 親子遊び	15日(木) 体を使って遊ぼう☆	
育児講座等	21日(水) 「子育て世代へ向けた 健康づくりの話」 健康づくり課保健師	14日(水) 「救命救急講座」 佐世保市西消防署職員	

5月の歌 「おつかいありさん」

- あんまりいそいで こっつんこ ありさんとありさんと こっつんこ
あっちいって ちょんちょん こっちきて ちょん
- あいたたごめんよ そのひょうし わすれたわすれた おつかいを
あっちいって ちょんちょん こっちきて ちょん

作詞：関根 栄一 作曲：團 伊玖磨



たんぽぽ (0歳の会)

	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)
5日 (月)	※祝日のためお休みです。	※祝日のためお休みです。
12日 (月)	つくって遊ぼう！ ～手作りマラカス作り～	「歯」について考えよう 佐世保市歯科衛生士
19日 (月)	「ホッとひと息 育児相談室」 佐世保市助産師	親子で楽しもう♪園庭散策
26日 (月)	おはなしいっぱい ～絵本に親しもう～	「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。

朝ごはんはなぜ大事？

「朝ごはんが大切」とよく言われますが、なぜだか知っていますか？実は、脳や体によいことがいっぱいあるのです。



脳が元気になる！

朝ごはんは、睡眠中も働いていてエネルギーが少なくなった脳に、エネルギーを与え、元気にします。



肥満防止になる！

朝きちんと食べると、昼ごはんの食べすぎがなくなり、太りにくくなります。



うんちが出やすくなる！

腸が刺激されて活発に動き出し、排便を促します。



活力が出る！

体温が上がり、血液が体中によく巡って、活動的になります。



(健康イラストコレクション 参照)