

2021年度

子育て講座・行事予定

清水中央子育て支援センター
 子育て交流サロン すくすく
 〒424-0823
 静岡市清水区島崎町223清水テルサ1階
 TEL 054-355-3366

利用時間 9:00~17:00
 お休み 木曜日・祝日の翌日の平日
 年末年始(12/28~1/3)



最新情報はHPで
 ご確認ください

できるだけ多くの方に体験していただけるよう、
 一部の講座は初めての方優先とさせていただきます。

お申込みはフロアまたは電話でどうぞ
 ※開館日のみ受け付け可

【フロア受付】9:00~17:00

【電話受付】054-355-3366
 13:00~16:00

身体測定



身長体重測定ができます。
 大きめのタオルをお持ちください。
 開催日はすくすくだよりをみてね！

お誕生日のお祝い

ハッピー♥
 バースデー



お誕生日を迎えたおともだちに
 カードをプレゼントします。
 開催日はすくすくだよりをみてね！

《ママのお悩みもスッキリ?!》

講座名	対象	内容	日程	募集開始
知って得する子育て講座	親力カフェ	子育て中の親子	「自分に自信がなくなった時の対処方法」	4/16 金 4/2 金
			「お子様がみるみる成長する3つの関わり方」	6/2 水 5/19 水
			「イライラのコントロールとリフレーミング」	8/2 月 7/19 月
			「お子様の「できた!」を増やすゴールドステップ」 「「大仕事」を「小仕事」に変える方法」	10/8 金 9/23 木
			「お子様を褒める6つのタイミングと4つのポイント」	12/1 水 11/23 火
			「自分に自信がなくなった時の対処方法」	2/7 月 1/24 月
	歯ならびは呼吸と寝相で治す	子育て中の親子	歯ならびと呼吸方法、寝相の関係性についての話。 歯科医が、歯についての悩みにお答えします！	5/12 水 4/28 水
				7/19 月 7/5 月
				9/10 金 8/27 金
				11/10 水 10/27 水
				1/17 月 12/22 水
				3/18 金 3/4 金
赤ちゃんサロン	離乳食のお話	6ヶ月~1歳半までの親子	栄養士による離乳食の進め方の個別相談	4/23 金 4/9 金
				10/18 月 10/4 月
	赤ちゃんの発達の話	妊婦・2ヶ月~10ヶ月の親子	助産師による赤ちゃんの生活と発達の話	2/15 火 1/28 金
				11/30 火 11/12 金
				1/26 水 1/8 土
保健師育児相談	子育て中の親子	保健師の育児相談と身体測定	3/9 水 2/21 月	
			5/14 金 4/29 木	
			7/30 金 7/12 月	
			11/26 金 11/10 水	
3/11 金 2/25 金				
子ども未来サポーター相談会	子育て中の親子	幼稚園・保育園・認定こども園など、保育の利用の情報提供や個別相談を行います。	毎月1回	すくすくだよりをご覧ください
清水区合同入園相談会	子育て中の親子	清水区保育コーディネーターと子ども未来サポーターによる合同入園説明会&相談会	9月頃	日程未定

＜親子で楽しむ&親子で学ぶ＞

★お申込み多数の場合は、初めての方を優先させていただきます★

講座名	対象	内容	日程		募集開始	
ベビーマッサージ	2ヶ月～ ねんねの赤ちゃん親子	赤ちゃんとベビーマッサージで触れ合しましょう	5/24	月	5/1	土
			11/17	水	11/1	月
卒乳・断乳の話	子育て中の親子	助産師による卒乳・断乳の話	6/21	月	6/7	月
			12/8	水	11/30	火
親子リトミック	1歳半～3歳の親子	ピアノのリズムに合わせて親子で一緒に楽しく身体を動かしましょう	6/30	水	6/16	水
			2/4	金	1/21	金
手作り布おもちゃ	子育て中の親子	鈴の音が楽しい布おもちゃ（いちごボールを）作ります （お子さんも一緒に参加できます）	5/19	水	5/1	土
キットパスであそぼう	子育て中の親子	キットパスを使って手形や足型をとり、オリジナルの作品を作りましょう	6/16	水	6/2	水
骨盤体操	子育て中の親（託児つき）	身体を動かして心と身体をリフレッシュしましょう	7/15	木	7/2	金 <small>（予約はフロアのみ）</small>
親子ヨガ	子育て中の親子	お子さんと一緒にヨガを楽しみましょう	10/14	木	9/29	水
乾物のおいしい話	子育て中の親子	清水駅前銀座の蒲原屋さんによる、体にやさしい天然だしや乾物料理の話	11/19	金	11/3	水
みんなでズンバ	子育て中の親子	ママのためのリフレッシュダンス！（お子さんも一緒に楽しみましょう）	1/19	水	1/5	水
わらべうた	子育て中の親子	親子でほっこり、わらべうたの時間	5/25	火	5/1	土
			8/25	水	8/11	水
			12/3	金	11/19	金
			3/16	水	2/28	月

＜季節行事を楽しむ＞

こいのぼりづくり	5月	クリスマス	12月
七夕制作	7月	節分	2月
夏あそび	8月	ひなまつり	3月

＜出張サロン＞

青空サロン （島崎町公園）	すくすくが島崎町公園に出張します。 おもちゃや乗り物などで一緒に遊びましょう。 すくすくタイムもお楽しみに。（雨天中止）
------------------	--

すくすくが児童館におでかけするよ！！

おでかけ 支援センター	6/9(水)	三保羽衣児童館
	7/8(木)	草薙児童館
	10/28(木)	三保羽衣児童館
	11/5(金)	蒲原白銀児童館



児童館がすくすくにやってくるよ！

おでかけ 児童館	11/12(金)	草薙児童館
	10/20(水)	三保羽衣児童館
	2/9(水)	蒲原白銀児童館
	3/9(水)	三保羽衣児童館



*状況により変更となる場合があります。ホームページで最新情報をご確認ください。

*講座の受付は先着順です。

*募集定員等の詳細は、《すくすくだより》でお知らせします。

*お問い合わせは、清水中央子育て支援センター子育て交流サロン《すくすく》 TEL. 054-355-3366 まで



最新情報は
こちらから！

清水中央子育て支援センター

