

Vol 286
2025年
3月号
(令和7年)

おひさまハウス



子育てつうしん ざっそう

0歳児から就学前の
乳幼児とその保護者、妊婦さんと
その家族がくつろいだり、
楽しく過ごす施設です

発行：筑後市子育て支援拠点施設
(＊おひさまハウス)
〒833-0047 筑後市大字若菜 1144 番地 3
☎ 0942-53-3123
Fax0942-53-8574

おひさまHP



寒さの中にも、少しずつ春の暖かい日差しが感じられるようになりましたね。あっと言う間に今年度最後の月を迎え、来館者の子ども達の成長を改めて感じます。今月は、おひさまハウスにて、毎月のイベントの他に、劇団風の子九州さんによる親子観劇会を行います。最近では手軽に映像を見ることができる便利な時代ですが、実際に目の前で人が動いて、歌ったり、話したりする生の演劇に触れる機会が少なくなっているように感じます。ぜひこの機会に親子で楽しめる観劇会に参加してみませんか？

4月からは、保育園・幼稚園に通ったり、お引越しされたり環境が変化する方も多くなると思います。おひさまハウスは、土曜日、第4日曜日にも開いていますので、また、遊びに来てくださいね♪



つどいのひろば利用時間

【平日】(月曜日～金曜日) 9:00～16:30
【土曜日・第4日曜日】 <午前> 9:00～12:00
(今月は23日) <午後> 1:00～4:00

※12:00～13:00はお休みですが、
ランチルームの使用は出来ます。

食育④

朝ごはんを食べよう！



身体が動くには、ある程度体温が上がる必要があります。体温を上げるには、エネルギー(タンパク質)が必要です。朝体温が上がらないと、活動や遊びに集中できません。朝ごはんを食べるために、夜遅くまで間食しないことや、十分な睡眠がとれるように早寝早起きをするのも大切です。また、子どもが食べやすいような工夫も取り入れてみましょう。

おにぎり

＊一ロサイズのおにぎり
＊細長い棒状のおにぎり(自分で持って食べやすい)
海苔を巻いてみたり、ゴマ、じゃこ、梅など好きな具材を混ぜ込んでみるのもオススメです



『つどいのひろば』利用時に、おひさまカードを作って、スタンプを押していただいています。今年度はスタンプがたまって、(ささやかではありますが)プレゼントをゲットする方がたくさんいてとても嬉しかったです。新年度からカードの色が変わりますので、今月、来館が最後になる日には、受付に声をかけてください。カードを記念に持ち帰っていただきたいなあと思っています。