

2025 年 5 月号



きらりん通信

中里子育て支援センター
きらりん
TEL:025-763-3131



KIRARIN_NAKASATO

日差しも暖くなり、冷たかった風も心地よく感じる季節になりました。色づいてきた木々や色とりどりの花をみたり、虫探しをしたりと外遊びやお散歩も楽しくなりますね！

室内で過ごしたいときは、きらりに遊びにきてください。お待ちしております☆

【開館時間】

月～金 9:00～11:30 / 13:00～16:00

土 9:00～11:30

【休館日】 日曜、祝日、その他

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3 憲法記念日
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9 乳幼児健康相談 *要予約	10 AMのみ
11	12 つくってあそぼう ～5/31まで	13	14 親子保育園体験 *要予約	15	16 カラダづくり *要予約	17 AMのみ
18	19	20	21 誕生会& おたのしみ会	22 栄養相談	23	24 AMのみ
25	26	27	28 モコモコデー	29	30	31

乳幼児健康相談

5月9日(金) 9:30～10:30

*要予約

持ち物:母子手帳、バスタオル

予約先:中里支所 市民係

025-763-3121

0.1.2歳児 親子保育園体験

5月14日(水) 9:45～11:00

*要予約 2組

親子で保育園の生活や遊びを体験しませんか?2歳児のお子さんはダンス教室に参加できます。

詳細は裏面へ

おかあさんのための カラダづくり

5月16日(金) 10:15～11:15

講師:山口富士子さん

(パーソナルトレーナー)

*要予約 7組

産後のカラダのケアをしませんか

詳細は裏面へ

お誕生会&おたのしみ会

5月21日(水) 10:15～

5月うまれのお友だちのお祝いをしましょう☆お誕生児には『親子の手形アート』をプレゼント!お誕生児さんも当日参加できます。おたのしみもあります☆

栄養相談

『水分と便秘の関係』

5月22日(木) 10:15～

『離乳食が始まったら、便秘になりやすくなったけど、水分だけでいい?』『1日の水分はどのくらい必要?』など離乳食に関する疑問を管理栄養士に聞いてみましょう。

モコモコデー

5月28日(水) 午前/午後

ハイハイでマットの山のぼりや、トランポリン、巧技台などで体を動かして遊びましょう!

午前も午後も遊べますよ☆



5月に1歳になります☆
入園を控えていたので、入園前
にお祝をしました！
『誰にでもニコニコと笑顔をみ
せてくれます』とおかあさんから
自慢していただいたとおり、み
んなの前でもかわいい笑顔を
みせてくれました😊



歯科衛生士の小嶋さんから、おこさんへの仕上げみが
きの仕方や、歯みがきを始
めるタイミングなど個別にア
ドバイスをいただきました。
お子さんの歯をむし歯から
守ってあげましょう！
次回は8月6日です。

0.1.2 歳児 親子保育園体験

お子さんの学年のクラスに入り、親
子で保育園の生活や遊びの体験、
園児との交流ができます。
希望される方は給食も親子で一緒
に食べることができるので、おうち
でのごはん作りの参考にもしてい
ただけます。離乳食のお子さんも食
べられます。(アレルギーをお持ち
の方は給食の提供ができませんの
でご了承ください)
中里地域以外の方もご利用いた
だけます。

おかあさんのための カラダづくり

産後の体型や体調の変化、家事・
育児の疲れなどありませんか？
ヨガやストレッチなどで体のケアと、
育児をしながら楽しくカラダづくりを
していきましょう！
おしゃべりしたり、笑ったり、おかあ
さんの時間を楽しんでください♪

持ち物：飲み物、動きやすい服装

どなたでも気軽にご参加ください。
次回は7月の予定です。

つくってあそぼう

5月12日(月)～31日(土)
『ぱくぱくカエル』



寝ぞうアート



今後のイベントのお知らせ

0.1.2 歳児 親子ふれあいあそびのお知らせ

6月7日(土) 9:30～10:30

講師：村山 ゆかりさん

***要予約/ 親子7組 *参加費/ 無料**

***予約先/ きらりん**

場所：中里なかよし保育園プレイルーム

運動遊びやふれあい遊び、体を動かしてパ
パ、ママと一緒に遊ぼう！

0歳児さんもご参加ください。

****予約受付中****

バスにのって 子育ての駅かたくりへ行こう！

10月8日(水) 子育ての駅 かたくり(魚沼市)

9:15 きらりん発→キナーレ→かたくり

12:45 かたくり発→キナーレ→きらりん

定員/ 親子7組・参加費/ 無料 **要予約**

親子、ご家族、お友だちと気軽にご参加ください。

予約・お問合せはきらりんまで

TEL025-763-3131

○子育て支援センタ
ーは、小学生までの
お子さんどなたでも
ご利用いただけま
す。生後数カ月のお
子さんも気軽にご利
用ください。おうち
の方たちの交流もで
き、おしゃべりを楽
しんだり、おかあさん
のためのイベントもあ
ります。育児などの相
談もできます。
お待ちしております。