



# くるる通信

## 2月号

令和8年2月1日発行  
子育て支援センターくるる  
(本町2丁目 アップルとおかまち内)  
開館時間 9:00~12:00  
13:30~17:00  
休館日 水曜日・祝日・年末年始  
電話 025-757-1008 (FAX兼用)  
Mail [t-kururu@city.tokamachi.lg.jp](mailto:t-kururu@city.tokamachi.lg.jp)

十日町市  
LINE



2月4日は立春。暦の上では「春が始まる日」ですが、ここ十日町はまだまだ雪の日が続きそうです。どんなに雪が降ってもくるるは地下駐車場完備。降雪の心配をしないで過ごすことができます。ゆっくりまったり遊んでいってくださいね！

### 2月の予定 (講座・行事の時も通常の利用が可能です)

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ★ 節分ごっこ (10:30~11:00) (15:00~15:30)	3 ★★  ボールプール (9:00~15:00)	4 休館日	5 ★ よちよちタイム <おひさまスタッフ> (15:00~15:30)	6 ★★  	7 こどもの事故と 応急手当 <救急救命士> (10:00~11:00)
8	9 ★★ はいはいアスレチック (9:00~15:00) 	10 ★★ 家庭相談員による 育児相談 (10:30~11:30) トンネル (9:00~17:00)	11 休館日 (建国 記念の 日)	12 ★ わくわく誕生会 (11:00~11:30) 「おおかみさん (ゲーム)」	13 ★★ おっぱいと ミルクの話 <在宅助産師> (10:00~12:00)	14  
15	16 ★★ つくってあそぼう (9:00~15:00)	17 ★★ つくってあそぼう (9:00~15:00)	18 休館日	19 ★★  	20 ★★ くるる子育て おしゃべりタイム (10:00~)	21  
22	23 休館日 (天皇誕生日)	24 ★★ ボールプール (9:00~15:00)	25 休館日	26 ★★  	27 ★★  	28  
					<p>※育児相談・身体測定は日曜日を除く 毎日しています (身体測定を希望する方は フェイスタオルをお持ちください)</p>	

・★11時～★15時～ 『サンサンたいそう』、ふれあい遊び、絵本の読み聞かせやペーパークラフトなど



### 3月の予定

2日(月)	ごはん相談室
5日(木)	わくわく誕生会
6日(金)	ベビーマッサージ教室
7日(土)	パパとあそぼう
9日(月)	つくってあそぼう
10日(火)	つくってあそぼう
12日(木)	親子で楽しむヨガ教室
13日(金)	親子歯みがき教室

### くるる子育て おしゃべりタイム

2月 20日(金)午前 10時～

子育て口コミ情報  
「子連れオススメお出かけスポット」  
SNSでは見つけられない、ここだけの  
耳寄り情報も聞けちゃうかも！  
(申込み不要・出入り自由)



子連れで行ける  
ごはん屋さん情報などを  
交換しましょう

## 12月20日 パパとあそぼう ～運動あそび～

今回は8組の親子が参加。お家でもできるからだを使った遊びをたくさん楽しみました。

四つ這いになった大人の背中の上に子どもが立って見せると「お～！」と歓声が上がりました。4歳になるとこんなこともできるようになります。

### フェイスタオルそり



倒れないようにそーっと…進むかな？



コックさんとぶた  
(逃げるお子さんをお家の人が捕まえます)



### ♡うつぶせ遊びの大切さ

- ・背筋力がつく
- ・手でからだを支える力がつく
- ・手や指先を使う作業につながる

- ・しっかりと自分で座れるようになる
- ・手の器用さにつながる

### ♡うつぶせからずいばい移動のコツ

- ・子どもの好きな玩具を目の前に置いて前進したい意欲を引き出す
- ・子どもが蹴って前進できるよう子どもの足の裏をおうちの人が手で添える

☆機嫌のよい時に短い時間からやってみましょう  
☆うつぶせ遊びをする時は目を離さないようにしましょう



1月  
土曜日限定

### トランプやオセロなどゲームを楽しみました



真剣オセロ対決

組合せゲームおもしろい！  
これとこれ同じ絵？  
やっぱりこっち？



ママには負けないぞ！



講座やイベントの時も通常利用が可能です

いつも通り遊べるよ！



### 2月のふれあい遊び ～ポンポン ポップコーン～

コロコロコーン コロコロコーン  
フライパンにポンポーン  
あつあつあつ あつあつあつ  
はじけて ポンボボーン  
ポンポン ポップコーン  
ふわふわカリカリ うまうまー  
ポンポン ポップコーン  
ポンポンポンポン ポップコーン



### ボールプールで遊ぼう！



ボールに埋もれる、ボールを投げる、ボールをかき分けて歩くなど、全身の触覚を刺激する遊びを楽しめます