

すこやかだより

2026年

10月号

川崎町地域子育て支援センター



すこやか

TEL 72-5800

＜利用日時＞

毎週月曜日～金曜日（祝日を除く）
10時～16時

＜利用対象＞

就学前のお子さんとその保護者・
妊娠中の方とその家族

ランチルームを開放しています

時間を気にせずゆっくりお過ごしください。

※講座の時間帯は利用できない
場合があります。ご協力のほど
よろしくお願いいたします。



さわやかな過ごしやすい季節に
なってきました。
食欲の秋・スポーツの秋・芸術の
秋・・・いろいろな秋を楽しみたい
ですね。



・かめさん



・赤ちゃん コーナー



・ままごと



・中庭



食育こらむ



10月10日は『目の愛護デー』です👁️

2つの「10」を横に倒すと、眉と目に見えることから、10月10日は『目の愛護デー』とされています。

こどもの目の機能（視力）などは、生後3か月までに急速に発達し、6～8歳までにはほぼ完成します。視力の発達が止まってしまう「弱視」は50人に1人いると言われており、生涯の目の健康にとって、幼児期はとても大切な時期です。

【どんなことに気を付ける？】

○画面と垂直に目を30cm以上離す ○30分見たら、20秒以上遠くを見て休憩 ○外でのびのび楽しく活動しよう

【目によい食べ物は？】

- ビタミンA：目の乾燥を防ぎ、働きをよくする（食品）緑黄色野菜、レバーなど
- ビタミンB1：目の神経の働きを正常化する（食品）豚肉、ウナギ、イワシなど
- ビタミンC：目の充血を防ぐ（食品）緑黄色野菜、果物、さつまいもなど
- アントシアニン：目の疲れを改善、視野が広がる（食品）ブルーベリー、シソ、スイカ、ブドウなど



10月10日は
目の愛護デー

参考：日本眼医会



要予約

定員・・・保護者と子ども20人程度 ※川崎町公式LINEよりご予約ください
行事予定が変更になる可能性があります。その際はホームページにてお知らせします。

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				親子でエアロビ 10時30分～ 11時30分		休館日
4	5	6	7	8	9	10
休館日		すくすく教室 10時30分～ 11時30分			親子ヨガ教室 13時30分～ 14時30分	休館日
11	12	13	14	15	16	17
休館日	休館日		おはなし会 11時～11時30分		親子わくわく教室 熊丸みつ子先生とあそぼう 10時30分～11時30分	休館日
18	19	20	21	22	23	24
休館日			英語であそぼう 13時30分～14時	テーマ 「秋をたのしもう」		休館日
25	26	27	28	29	30	31
休館日		ベビーマッサージ 10時30分～ 11時30分				休館日

※10月の育児講座の予約は、9月1日（火）8時30分からできます。

すこやかだより 11月号

2026年

川崎町地域子育て支援センター

すこやか

TEL 72-5800

<利用日時>
毎週月曜日～金曜日(祝日を除く)
10時～16時

<利用対象>
就学前のお子さんとその保護者・
妊娠中の方とその家族

ランチルームを開放しています

時間を気にせずゆっくりお過ごしください。

※講座の時間帯は利用できない
場合があります。ご協力のほど
よろしくお願いいたします。



朝夕は少し過ごしやすくな
てきましたが、まだまだ暑さ
が残ります。体調をくずさない
ように食事や睡眠をしっかりと
いましょう。



・かめさん



・赤ちゃん
コーナー



・ままごと



・中庭



劇団バクによる人形劇「赤ずきん」

おばあさんの家まで初めてのお使いにウキウキの赤ずきんちゃんや悪賢いけどどこか間抜けな狼等、すべての登場人物を生き生きと描き、誰もが知っている物語より一層こども達の心に届けます。ぜひご観覧ください！

日 時: 令和8年11月13日(金)
10時30分～11時30分

場 所: 川崎町勤労青少年ホーム

対象者: 就学前のお子さんとそのご家族

参加費: 無料

要予約 公式 LINE または電話 11/12×切

お問い合わせ : 川崎町子育て支援センター(担当:小川・元永)



11月 秋のこどもまんなか月間

「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」を実施します

家庭や学校、地域等において児童虐待問題に対する深い関心と理解を持っていただけるよう、期間中に児童虐待防止のための広報・啓発活動を集中的に取り組みます。



11月

要予約

定員・・・保護者と子ども20人程度 ※川崎町公式 LINE よりご予約ください
行事予定が変更になる可能性があります。その際はホームページにてお知らせします。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休館日		休館日		親子でエアロビ 10時30分～ 11時30分		休館日
8	9	10	11	12	13	14
休館日		すくすく教室 10時30分～ 11時30分	おはなし会 11時～11時30分		人形劇「赤ずきん」 10時30分～ 11時30分	休館日
15	16	17	18	19	20	21
休館日			英語であそぼう 13時30分～14時		親子ヨガ教室 13時30分～14時30分	休館日
22	23	24	25	26	27	28
休館日	休館日				親子わくわく教室 熊丸みつ子先生とあそぼう 10時30分～11時30分	休館日
29	30					
休館日						

※11月の育児講座、人形劇上演会の予約は10月1日(木)の8時30分からできます。