



母子手帳アプリ「紅ほっぺ」で検索！ /

or



1月の子育てページ

●乳幼児健診

期日	健診	対象児
7日 (水)	3カ月児	令和7年9月生まれ
	9カ月児	令和7年3月生まれ
29日 (木)	3歳児	令和4年5月21日 ～8月生まれ

会 場：子育て支援センター「にこぽーと」

※受付時間は個別にご案内します。

●子育て支援センター「にこぽーと」あそび広場

利用時間：9：30～15：30 / 休館日：毎週土曜日
[1月の予定]

期日	時間	イベント
7日 (水)	9：45～11：00	身体測定①
9日 (金)	9：45～11：00	身体測定②
21日 (水)	11：00～11：30	たんぼぼの会 ～絵本読み聞かせの日～
	10：30～11：00	フラワーアレンジメント (要予約)
26日 (月)	9：45～11：00	制作活動

※年末年始の休館日は12月31日～1月4日までとなります。1月5日から通常通り開館します。

問い合わせ：子育て支援センター「にこぽーと」

☎87-0083



こども川柳「もみじ」

秋が深まり、季節はあっという間に冬を迎えようとしています。園庭で遊ぶ子どもたちは、色づいた木々の葉や、風に舞う落ち葉に目を向け、自然の変化を楽しんでいます。寒い朝には「山が白くなってたよ」と教えてくれるなど、日々の暮らしの中で、季節の移り変わりを肌で感じているようです。そんな子どもたちの小さな発見や感動が俳句になりました。

「もみじのきほしがいっぱいあるみたい」
「かえでのほくのとみたいになっかっか」
「もみじがねかせのちからでゆれている」
「さむくっていろがかわったもみじだよ」

つぶやき
愛真こども園

●母子健康手帳の交付

お母さんとお子さんの健康を守るために、妊婦さん全員に交付しています。随時交付しますが、保健師が留守の場合がありますので、事前に電話などご連絡ください。

場 所：健康福祉センター

●すくすく発達相談会（要予約）

子どもの発達・育児に詳しい専門家（公認心理師）による、ことばや発達などの個別相談会を開催します。

期日	時間	対象
14日 (水)	9：00～12：00 (ひとり1時間程度)	幼児からおおむね12歳の児童とその保護者

場所：健康福祉センター

●離乳食クッキングサロン（要予約）

ママたちが交流しながら離乳食を学ぶサロンです。

期日	時間	対象
15日 (木)	10：00～11：30 (受付9：50)	離乳食を学びたいママやパパ

場 所：健康福祉センター

内 容：離乳食のポイントについてのお話、調理実習を管理栄養士が担当します。

持ち物：母子健康手帳、エプロン、三角布

保 育：希望される方はお申し込み時にご予約ください。

申込期限：1月8日（木）まで

●産婦人科・小児科オンライン相談のご案内

妊娠・出産・子どもの健康や子育てに関するさまざまな疑問や不安について、スマホから、産婦人科医・助産師・小児科医へ気軽に無料で相談できます。

▶ 利用料：無料

▶ 利用方法：LINE 機能を使います。二次元コードを読み取り、会員登録いただくと利用することが出来ます。

※会員登録時には、白鷹町専用の合言葉が必要です。

健康福祉課（☎86-0212）にお問い合わせください。

※本事業は試験的な実施になります。利用状況に応じて、令和8年4月以降の本格導入を検討します。



小児科オンライン



産婦人科オンライン

つどいの場 にじ・なないろ ～身近な居場所で「健康づくり」と「仲間づくり」～

- ❖ にじ・なないろは、ボランティア団体「支えあう地域づくりなないろの会」が運営する住民主体のつどいの場です。
- ❖ 65歳以上の方であれば、**予約不要で、どなたでも参加いただけます。**
参加費は、原則 200 ～ 300 円です。
- ❖ 活動内容カレンダー（時間：10：00 ～ 12：00）

月	火	木	金
12/29 ★	30 ●	1/1 ★	2 ●
(休 み)	(休 み)	(休 み)	(休 み)
5 ★	6 ●	8 ★	9 ●
音楽療法	レク・茶話会	アップ体操	体操・茶話会
12 ★	13 ●	15 ★	16 ●
手 芸	レク・茶話会	アップ体操	体操・茶話会
19 ★	20 ●	22 ★	23 ●
音楽療法	レク・茶話会	百歳体操	体操・茶話会
26 ★	27 ●	29 ★	30 ●
モルック	レク・茶話会	アップ体操	体操・茶話会

●：にじ 白鷹町大字鮎貝 108（白光園地域交流棟）
★：なないろ 白鷹町大字滝野 1011（滝野交流館）

❖ 滝野交流館でのイベントのご紹介

12/22（月）のなないろの活動でクリスマス会を開催する予定です。ぜひご参加ください♪
申し込みは必要ありません。また、12/23（火）のにじの活動はお休みとなります。



無料送迎をご利用の方は、利用希望日の3日前まで、支えあう地域づくりなないろの会 ☎ 080-1815-3289 へお電話で予約ください。
※住所地に関わらず、にじ・なないろのどちらでも送迎が可能となります。



おなかも笑顔もいっぱい
「なないろ食堂」開催中！

食事を通じて、みんなで楽しく交流できる地域食堂「なないろ食堂」を毎月開催しています。**予約不要で、子どもから高齢者の方までどなたでも参加いただけますので、ぜひお越しください！**

- 開催日：12月20日（土）、1月17日（土）
- 時間：11：30 ～ 13：30
- 会場：なないろ（滝野交流館）
- 料金：大人 300 円、子ども無料

のどか カフェ

- ❖ 今月の開催日
12月17日（水）・1月28日（水）13:30～
- ❖ 開催場所
荒砥甲 373-8 番地
（ちょぼらの家）



「のどかカフェ」は、認知症の人やその家族、地域の人など、**予約不要で、誰でも気軽に参加できる居場所**を毎月開催しています。**参加費無料**です。

認知症の方本人に参加いただくために、**無料送迎**のご相談も受け付けております！
ご希望の方は ☎ 080-6005-1028（飯澤）までお電話ください。
※付き添いのご家族の方に限り同乗可。

◎認知症サポーター養成講座のご案内

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かい目で見守る「応援者」です。
白鷹町では、認知症になっても安心して生活できる地域を目指し、認知症サポーターの養成を行っています。
今年も下記のとおり開催しますので、ぜひご参加ください。詳細は本誌 23 ページを参照ください。

- ▼い つ 令和8年1月30日（金）10：00 ～ 11：30
- ▼どこで 白鷹町中央公民館2階 大会議室
- ▼対 象 どなたでも ※再受講も大歓迎
- ▼申し込み 電話または右記二次元コードからお申し込みください。



参加するだけで
ウェルネスポイント
100ポイント贈呈！

【申し込み・問い合わせ】白鷹町社会福祉協議会地域包括支援センター ☎ 86-0112