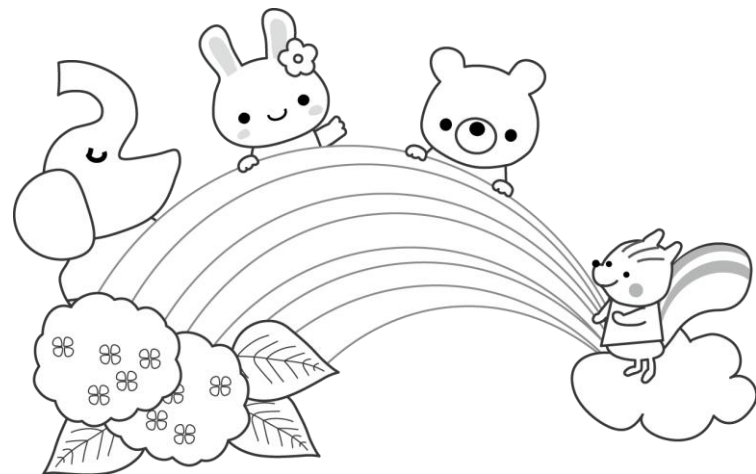


# 6月行事予定表

わら児童館・和良振興課・和良保健福祉歯科総合施設



日	月	火	水	木	金	土
	1 健康相談	2	3 子育て相談日	4 まめっこくらぶ 母子手帳交付	5 すくすく広場	6 児童館臨時休館
7 児童館休館	8 歯の健康相談	9 すくすく広場	10 9・10か月児健診	11 すくすく広場 母子手帳交付	12	13 児童館臨時休館
14 児童館休館	15	16 すくすく広場	17 3歳児健診	18 すくすく広場 母子手帳交付	19	20 児童館臨時休館
21 児童館休館	22	23	24 すくすく広場 1.6歳児健診	25 母子手帳交付	26	27 児童館臨時休館
28 児童館休館	29 すくすく広場	30				



### 【連絡先】

わら児童館 和良保育園 77-2129  
 和良振興課 77-2211  
 健康課 67-1834

この予定表のご意見をお待ちしています。

子育て支援センターの「わわわ」はホームページに市内用が掲載中です。

★わら児童館★ 開館時間 9:30~17:30

すくすく広場：子育て中のお母(父)さん、妊娠中のお母さん！お子さんと児童館に遊びに来ませんか？

おはなし・読み聞かせ・手遊び・リズム遊び・園庭開放・読書会などを行っています。

【帽子、汗拭きタオル、お茶などの水分を、持参してくださいね】

子育て相談日：子育て支援センターの相談員さんをお迎え、来園者の方、皆さんで気楽に楽しくお喋りしましょう！

悩みや相談事のある方は、個人的にお話もできます。

お気軽に声をお掛けください！



★ 町民センターでの開催 ★

わらいっこくらぶ：乳幼児学級 (10:00~11:30) お休みします

おはなし会：読み聞かせ他 (14:00~15:00)

★和良保健福祉歯科総合施設での開催★

健康相談：心と身体の相談 (13:30~14:30)

歯の健康相談：歯の相談 (8:00~17:00)

乳幼児相談：身体測定、相談 (10:00~11:00 予約制)

★ 他の保健センターでの開催 ★

母子健康手帳交付：八幡保健センター (13:00~14:30 予約制)

乳幼児健診：大和保健センターやまつつじ 対象者には個別に通知があります。

★ 郡上市文化センターでの開催 ★

まめっこくらぶ：育児学習、子育て交流会 0才児親子 (10:00~11:30)

### すこやかな子どもの成長を願って ~睡眠とノーメディア~

子供の成長を促すために大切な「睡眠」ですが、何時間寝ればよいか知っていますか？

幼児は10~13時間、小学生は9~12時間、中・高校生は8~10時間、大人は6~10時間が推奨されています。お子さんはもちろん、保護者のみなさんも良い睡眠でしっかり休養をとってください。そのためにも、体内時計への影響が強いブルーライトは、寝る前には見ないことが大切です。お子さんと一緒に、睡眠30分前のノーメディアにチャレンジしましょう。

【郡上東中学校区保健連絡会】