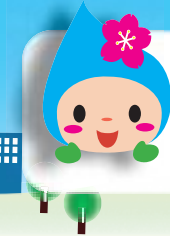


# こそだて 掲示板



特に記載がない場合、市役所の受付時間は午前8時30分～午後5時（閉庁日を除く）です。各施設については二次元コードを確認してください。申込みの記載がない場合は、当日、直接会場へ。費用の記載がない場合は無料です。

## 大人向け

### 児童館でベビーマッサージ

やさしい手で赤ちゃんの全身をマッサージして親子のスキンシップを楽しめます。洋服を着たまま参加できます。

日時 3月17日(月)午前10時30分～11時30分  
会場 西児童館  
対象 2～6か月の乳児とその保護者  
定員 5組(申込順)  
持ち物 バスタオル  
申込み 2月17日(月)からの午前9時～午後4時30分に、電話または直接、西児童館へ ☎ 554-7578



▲赤ちゃんを優しくマッサージ

## お子さんの発達に関する相談

①子どもの発達に関する総合相談  
相談日 月～金曜日（祝日を除く）  
対象 18歳未満  
②ことばの相談  
相談日 3月5日(水)・28日(金)  
会場 保健センター  
問合せ 子育て相談課母子保健・相談係（保健センター内） ☎ 694



▲詳しくはこちら（市公式サイト）

## 子育てママのフリータイム

子育て中の保護者が図書館・ゆとろぎを利用する間、ゆとろぎ保育室でお子さんをお預かりします。  
日時 2月28日(金)、3月12日(水)午前10時～正午  
対象 1歳6か月～未就学児の保護者  
定員 4人(申込順)  
費用 お子さん1人につき1回500円  
問合せ プリモホールゆとろぎ ☎ 570-0707



▲詳しくはこちら（市公式サイト）

## 子ども向け

※児童館事業について詳しくは、12ページ下の児童館の二次元コードから確認してください。

ちゅうおうしどうかん 中央児童館 ☎ 554-4552 (金休館日)

### ■昼間の月・天体観測会

月に行った小型ロボット SORA-Q の説明もするよ！  
日にち 3月5日(水)  
時間  
●昼間の月観測会…午後4時～4時30分  
●天体観測会…午後7時～8時  
対象 幼児～18歳（中学生までは大人と来てください）  
定員 46人（先着順・大人を含む）  
※遅れると参加できません。



▲月に観測に行った小さなロボット・SORA-Qの大活躍の話を聞こう！

### ■工作ひろば「くるくるボックスフラワー」

細長い紙をくるくる巻いて、パーツを組み合わせて作品を作ります。  
日時 3月1日(土)午後1時30分～2時30分  
対象 市内に住んでいる小学生～18歳  
定員 12人(申込順)  
持ち物 作品を入れる袋、水筒（水かお茶）、ハンカチ  
申込み 2月16日(日)からの午前9時～午後4時30分に本人が電話か直接、中央児童館へ



▲くるくるボックスフラワー

ひがしじどうかん 東児童館 ☎ 570-7751 (木休館日)

### ■わくわくスポーツ「ラダーゲッターをしよう！」

日時 3月12日(水)午後3時～4時  
会場 2階体育室（バスケットコート側）  
対象 小・中学生  
定員 20人（先着順）  
持ち物 水筒（水かお茶）、タオル  
指導 羽村市スポーツ推進員

### プリモライブラリーはむら

☎ 554-2280 (月休館日)



◆本館 幼児向けおはなし会  
パネルシアター「ころねこかあさん」など  
日時 3月8日(土)午前11時から  
◆本館 小学生向けおはなし会  
ストーリーテリング「三びきのこぶた」など  
日時 3月15日(土)午前11時から  
◆小作台図書室 ミニおはなし会  
大型絵本「おばけのてんぱら」など  
日時 2月20日(木)午後3時30分から

### プリモホールゆとろぎ

☎ 570-0707 (月休館日)



■子ども映画会  
日時 3月9日(日)午前10時30分～11時30分  
会場 小ホール  
定員 252人（先着順）  
上映作品 星の王子さま プチ・プランス 山から来た英雄/ディズニーのみにくいアヒルの子/浦島太郎  
企画・運営 羽村映画クラブ・はむら16ミリ映像研究会

## 注目！ おやこ de 鉄アップ！

問合せ 子育て相談課母子保健・相談係（保健センター内） ☎ 692

体内の鉄が不足すると、疲れやすい、体がだるい、めまいなどの症状が現れることがあります。子どもも、おなかの中でママからもらった鉄分は生後約6か月で減少し、鉄欠乏が生じやすくなります。鉄分は体に必要な栄養素のため、1日にとりたい量が決まっていますが、全体で見るとママは約4割、子どもは約1～2割不足していると報告されています。

### 親子で食べられる！鉄を多く含む食品

豆腐、納豆、鶏卵、赤身の肉や魚など、青菜類（小松菜・ほうれん草など）



### ワンポイント

○ビタミンCは鉄の吸収を助けます（肉と野菜の炒め物など）。  
○動物性食品に含まれる鉄は体への吸収率が高いといわれています（動物性食品…鶏卵、肉、魚など）。

### 児童館の事業はこちらから

児童館では、子どもと楽しむ事業や子育て相談なども行っています。ぜひ遊びに来てください。



▲中央児童館



▲西児童館



▲東児童館