



とみここ 通信(2月号)

2026年2月

とみや子育て支援センター 富谷市明石台七丁目2番地1 ☎022-343-5528

～とみや子育て支援センターとみここは 子育てを応援します～

厳しい寒さが続きますが、暦の上ではまもなく春が始まりますね。とみここでは、寒い日でも子どもたちの元気な声が響き渡り、まるで一足早く春が来たようです。

2月は、冬から春へと季節が移り変わる時期。日ごとに寒暖差も大きくなりますので、体調管理にはどうぞお気をつけください。とみここではお子さんや保護者の皆さんが安心して過ごしていただけるよう、感染症対策に配慮して皆さんのお越しをお待ちしております。少しでも気になることやお困りのことがあれば、いつでもスタッフにお声掛けください。



＜来所するにあたってのお願い＞
 ・入室前の手指の消毒にご協力ください。
 ・「体が温かい気がする」「なんだかグズグズするな」等、普段と違うと感じたら体温を測り、平熱より高い場合は、来所をご遠慮ください。

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2 母子健康手帳交付 開放あそびのひろば	3 ズルママ・ ズルパパ学報	4 すくすく相談	5 1歳6か月児健診	6	7
AM PM							
	8	9 母子健康手帳交付 子育てサロンとこここ	10 もぐもぐ離乳食教室 赤ちゃんデー フルピヨデー	11	12 2歳6か月児 歯科健診	13 BCG	14
AM PM							
	15	16 母子健康手帳交付 開放あそびのひろば	17 ごっくん離乳食教室 赤ちゃんデー	18 3歳児健診	19 1歳6か月児健診	20	21
AM PM							
	22	23	24 赤ちゃんと ママのおしゃべりサロン	25 乳児健診	26 ばくばく離乳食教室	27	28
AM PM							

富谷市公式
LINE





【べりっこルームの利用の仕方】
「大勢の集まりが苦手な親子向けのお部屋」です。
 ○定員1組までのご利用となります
 ★赤ちゃんデー0歳児
 ★フルピヨデー1歳児～未就園児
 <利用時間>
 午前・・・9:00～12:00
 午後・・・13:00～15:00

【開放あそびのひろばについて】
 とみここでは月2回、和室を開放して親子で自由遊びや集会（歌遊びや触れ合い遊び、体操やシアターを見る）を行っています。
 事前QRコード申し込みとなっております。
 （2月2日分は申込開始済み、16日分は2月2日8:30～より申込開始）


2月2日


2月16日

※水分補給用の飲み物をご持参ください。
 ※3月は9日(月)、23日(月)です。（3月2日(月)8:30～申込開始）

申し込み先 とみここ ☎343-5528



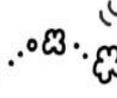
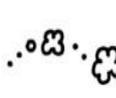
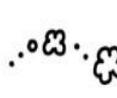
薄着の重ね着で暖かく



乳幼児は活発に体を動かして遊ぶので、体内でたくさん熱が作られます。汗が冷えて風邪をひかないためにも、この時期は、汗ばまない程度で動きやすい服装がよいでしょう。一般的な目安としては、大人よりも1枚少なく、とわれています。

「肌着+長袖のTシャツまたはトレーナー」を基本に、寒い時はその上にベストを着たり、外に出る時は上着を着たりするなど、調節ができるようにするとよいでしょう。

重ね着は、衣服と衣服の間に体温で温まった空気を抱え込むことができ、厚手の衣服を着るよりも保温性が高まります。



免疫力アップ

子どもの免疫力をアップさせるには、規則正しい生活を送ること、十分な睡眠を取ること、バランスの取れた食事をとることが大切です。また、笑うことは免疫力アップにつながります。大声で笑ったり、笑顔をつくるだけでも、細胞が活性化されるそうです。

家族やいろいろな人と会話を楽しんで、笑って健康に過ごしましょう。



公民館で遊ぼう！！

乳幼児をもつ親子のためのスペース【プレイルーム】で遊ぶことができます。歌あそびや絵本の読み聞かせ会等を行っている公民館をお知らせします♪



東向陽台公民館

【歌・絵本の読み聞かせ】

4日(水) うたあそびーば
10:00~

あけの平公民館

【絵本の読み聞かせ】

19日(木) とみや♡こっこの会
10:30~

成田公民館

「子育てサロンぐーちーぱー」

「おはなしびよびよ」は、
富谷市複合図書館の建設工事に伴い、
1~3月はお休みとなります。

富ヶ丘公民館

【おはなし会】

17日(火) どーなっつ
10:30~

日吉台公民館

プレイルームは開放しております
ので、お気軽にご利用ください。

富谷市子育てサロン情報(2月)

富谷市には、地域のボランティアの方が運営している『子育てサロン』があります。お子さん同士が関わって遊んだり、お母さん達が楽しく情報交換・リフレッシュできる場となっています。現在活動しているグループについてお知らせいたします。

どんぐりの会

場所：太子堂会館
対象：太子堂地区にお住まいの方
日時：4日、18日(水)
10:30~13:30

各サロンの

お問い合わせ先

【とみここ ☎343-5528】

明石台第七町内会子育てサロン

場所：明石台七丁目会館
対象：明石台七丁目、十丁目にお住まいの方
日時：5日(木)、19日(木) 10:30~

にこっこ

場所：大清水二丁目会館
対象：富谷市にお住まいの方
日時：13日(金)
10:30~



※オアシスルーム子育てサロン(富ヶ丘)は依頼があれば開催します。富ヶ丘公民館で絵本の読み聞かせ等しています。