

# ほっと

5月号

札幌市西区保育・子育て支援センター  
(ちあふる・にし)  
札幌市西区二十四軒3条5丁目6-11  
電話：011-613-7882  
月～土曜日 9:00～17:00  
(祝日、年末年始を除く)  
令和6年(2024年)4月25日発行

暖かい春の陽射しと、さわやかな風が心地よい季節になりました。公園でたくさん体を動かしたり、親子で出かけたりと、戸外活動を楽しめる時期となりましたね。お散歩がてら、子育てサロン「ほっとのへや」にもぜひ遊びにいらしてください。

## 5月の予定

- 1日(水) 野菜の日
- 5日(日) サンデーサロン
- 13日(月) 避難訓練
- 14日(火) 栄養相談  
「ぱくぱくまんま」
- 23日(木) 親子同室講座  
「ベビーマッサージ」
- 29日(水) 0歳あつまれ～♪

申込不要

## 0歳あつまれ～♪

0歳のお子さんと保護者同士で交流しませんか。保育士による遊びの紹介や、預かりサービス等の情報提供もあります。

5月29日(水) 10:00～10:30

場所：ちあふる・にし

対象：0歳のお子さんと保護者



親子同室講座

## 「ベビーマッサージ」

ベビーマッサージを通して、  
親子のスキンシップを図りませんか。

5月23日(木) 13:30～14:30

場所：西保健センター2階 講堂

講師：梅本 智子氏(日本タッチケア協会認定指導者)

対象：3か月～6か月のお子さんと保護者  
15組程度

【申込ページはこちら】

[https://kosodate.city.sapporo.jp/  
event/nishi/nishi/kensaku/1363  
.html](https://kosodate.city.sapporo.jp/event/nishi/nishi/kensaku/1363.html)

Webによる  
事前申込



◆申込期間：5月7日(火) 9:00～  
5月21日(火) 23:59  
申込フォームからの受付、先着順

※期間内のみ、申込フォームへアクセスすることができます。

※後日、受講の可否や詳細について、お申込みいただいた全員にメールにてお知らせします。

◆問合せ先：641-6954(西区子育て支援担当)  
【問合せ時間 8:45～17:15】



さっぽろ子育て情報サイト  
西区の子育て情報を見ることができます。



さっぽろ子育てアプリ  
アプリのダウンロードができます。



## 外遊びをたのしもう！

天气がよい日は外に出て思い切り体を動かしませんか？気温の高い日が増えてくるので、熱中症対策を行いながら楽しみましょう！

ちあふる・にしの園庭で遊べる日を、年3回予定しています（6月、9月、1月）。日程の詳細等は、改めてお便りでお知らせします。

### 外遊びをする時は・・・

- ★日傘や帽子を着用しましょう
- ★通気性のよい衣服を着用しましょう
- ★こまめに水分補給をしましょう
- ★日陰を利用し、休憩しましょう

子どもは体温の調節機能が未発達です。子ども自身が不調に気づけない場合が多いので、気を配りながら楽しみましょう。

ベビーカーは地面が近く、アスファルトからの日光の照り返しを浴びやすいです。日陰を利用し、長時間直射日光を浴びないよう心がけましょう。

◆「公園検索システム」を使用すると、札幌市内の公園・緑地の情報を検索できます。ぜひご活用ください！



[https://www2.wagmap.jp/sapporo\\_koen/Portal](https://www2.wagmap.jp/sapporo_koen/Portal)

【問合せ先：札幌市みどりの推進課】

## 一時的な預かり…どんな所があるの？

### 日常的な預かり

- ★さっぽろ子育てサポートセンター
- ★保育園や幼稚園等の一時預かり（各施設での事前登録）

### 病気・病気回復期のとき

- ★札幌市病児・病後児保育事業（こどもデイサービス）【旧：病後児デイサービス】

### 病気・緊急のとき

- ★札幌市こども緊急サポートネットワーク

それぞれのサービスの詳細や探し方など、知りたい情報がある方は、子育てサロン「ほっとのへや」、こそだてインフォメーション「さんかくやまベエのへや」の職員にお声がけください！

さっぽろ子育て情報サイトでも、預かりの情報をご確認いただけます！

（「Q. 一時的に子どもを預かってくれる場所はないか？」のページに移動します）



さっぽろ市  
02-G02-23-2737  
R5-2-1636