



高千穂町子育て支援センター

うずめちゃんだより

2026年7月号



のセンター活動の様子

3日

虫歯予防のおはなし



歯と口の健康週間(6月4日～10日)にあわせ、
歯科衛生士の清田志穂美さんより虫歯予防のお話をし
ていただきました。

アットホームな雰囲気の中、講話後も普段気になっている
おくちのことなど、たくさんお話いただきました。
お子さんの歯、大事にしてあげたいですね♪
志穂美さん、ありがとうございました。



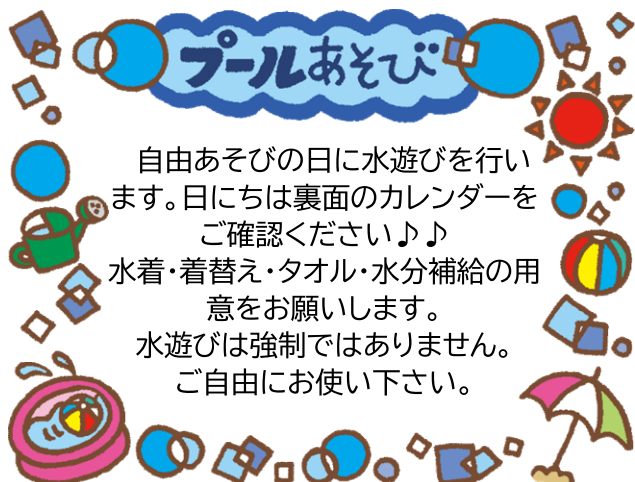
17日 あいちゃんのリトミック

日之影町在住の戸高愛先生をお招きして、
みんなでリトミックを楽しみました。
愛先生の素敵なピアノの音色を聞きながら、ゆったり♡
音に合わせて体を動かすと、自然にこどもたちも笑顔に♪
音楽の素敵なパワーに癒された時間でした(*´ω`*)
愛先生、楽しい時間をありがとうございました。



おねがい

子育て支援センターは、ハイハイやねんねの赤ちゃんが利用しています。
保護者の方のご配慮をよろしくお願い致します。



プールあそび

自由あそびの日に水遊びを行
います。日にちは裏面のカレンダーを
ご確認ください♪♪
水着・着替え・タオル・水分補給の用
意をお願いします。
水遊びは強制ではありません。
ご自由にお使い下さい。

おしらせ

高千穂町のLINE登録をオススメします

台風や積雪、感染症流行の場合に、急遽センター
の閉所を決定することがあります。
町内の防災無線でもお知らせしますが、LINEを
登録しておく、聞き逃しもなく安心ですよ。

登録はコチラから
※QRコードを読み取ってね



月	火	水	木	金	土	日
		1日	2日	3日	4日	5日
		光寿保育園 見学	自由あそび	骨盤底筋 トレーニング 10:30～11:30		自由あそび
6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日
閉所日	自由あそび	育児相談会 (保健師講話) 10:30～11:30	自由あそび	自由あそび (水あそび)		
13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日
自由あそび	自由あそび (水あそび)	木の花幼保園 見学	図書館へ 行こう！	自由あそび (水あそび)		
20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
海の日	昔ばなしの おはなし会 11:00～11:30	自由あそび (水あそび)	自由あそび	自由あそび (水あそび)		
27日	28日	29日	30日	31日		
アニマル マスコット作り 10:30～11:30	自由あそび	水ふうせんで あそぼ！	自由あそび	自由あそび (水あそび)		



夏休み期間中(7/27～8/21)、高千穂高校の生徒さんがボランティアで来所します。
お兄さん、お姉さんとなかよく遊ぼうね！

3日…日之影町出身の坂口弥生さんに骨盤底筋トレーニングをご指導いただきます。

産後のママや、女性の身体のサポートにぜひお役立てください！

運動のできる服装でお越しくださいね♪

8日…保健センターげんき荘の保健師が身体計測や相談等に応じます。

初めて支援センターを利用される方も、顔なじみの保健師がいるので安心ですよ。

計測した身長・体重を記録しますので、母子手帳をお持ちください。

10時半から来所順に身長・体重計測。11時から保健師による育児講話をおこないます。

27日…高千穂町在住の佐藤淳子さんをお招きして、かわいい♡アニマルマスコット人形作りをします。

ちくちく縫ってハンドメイドの楽しさを体験してみませんか？ **お裁縫の基本のキが学べますよ♪**

材料費として300円必要です。7/15(水)までに必ずご予約の上お越しください。

★今月の保育園・認定こども園訪問★

今月は2園を訪問します。どちらの園も**現地に9:50集合、10時から30分程度の見学**です。

・ **1日…光寿保育園**

・ **15日…木の花幼保園**



8月は
しいの実保育園、天岩戸保育園
の訪問を予定しています。

支援センターでは、皆さまが安心してご利用できますように、空気清浄機使用や消毒など感染症防止対策を徹底しております。なお、ご利用の際のお願いを、高千穂町ホームページの子育て情報誌、「お知らせ」にて掲載しておりますので、是非ご覧ください。ご協力をお願い致します。