

子育て支援センターだより

■問合せ 南条子育て支援センター Tel 0778-47-2411
今庄子育て支援センターわかば ☎ 0778-45-0788
河野子育て支援センター ☎ 0778-48-2321

10月の主な活動

【南条子育て支援センター】

6日(水) 救急講習

時 間 午前10時30分～午前11時30分
場 所 南条子育て支援センター
講 師 南越消防組合 救急救命士
定 員 先着6組(要予約)

7日(木) ベビーマッサージ

時 間 午前10時30分～午前11時30分
場 所 南条子育て支援センター
講 師 田中 聡子氏
定 員 先着6組(要予約)
持ち物 バスタオル・水分補給用の飲み物

15日(金) 体を整える食事と目の健康

時 間 午前10時30分～午前11時30分
場 所 南条子育て支援センター
講 師 高橋 有希子氏
定 員 先着6組(要予約)

お父さん出番ですヨ! 子育てパパ支援

16日(土) 運動の秋! お子様と触れ合いながら、カラダを動かそう!

時 間 午前10時～午前11時
場 所 南条子育て支援センター
講 師 子育てマイスター 片山 陽子氏
対象者 町内在住の未就園児とその父親
定 員 先着6組(要予約)

★午後は、閉所させていただきます。

21日(木) 絵本の読み聞かせ

時 間 午前11時30分～午前11時45分
場 所 南条子育て支援センター
講 師 南条図書館司書 奈良 恵理子氏

【今庄子育て支援センター わかば】

7日(木) ママフィット

時 間 午前10時30分～午前11時30分
場 所 今庄子育て支援センター わかば
講 師 角正 佳己氏
定 員 先着5組(要予約)

*水分補給用の飲み物をお持ちください。
*動きやすい格好でお越しください。

28日(木) わらべ歌遊び

時 間 午前10時30分～午前11時30分
場 所 今庄子育て支援センター わかば
講 師 子育てマイスター 寺下 悦子氏
定 員 先着5組(要予約)

*5日の午後は都合により閉所させていただきます。

【河野子育て支援センター】

19日(火) ハロウィンの飾り作り

時 間 午前10時30分～午前11時30分
場 所 河野子育て支援センター



「寝る子は育つ」は本当です

昔から「寝る子は育つ」と言われています。眠ることによって、体や脳を休ませて疲労回復したり、「記憶」や「感情」を整理して、翌日の活動にむけて、からだところ(脳)の準備ができます。子どもの発育に欠かせない「成長ホルモン」は、睡眠の深い眠りの時に分泌されます。

子どもが健やかに育つためには規則正しい生活リズムを身に着けることが大切です。生活リズムを整えるためのポイント

- ①早起き! 眠たそうにしているでも時間になったら起こしましょう。
- ②体を使って遊ぶ。
- ③寝るまでのルーティンを作ろう。毎日同じことを繰り返すことで「もう寝る時間だ」という意識が高まります。
- ④決まった時間に寝よう。部屋や寝室の灯を暗くして、静かな環境を整えましょう。

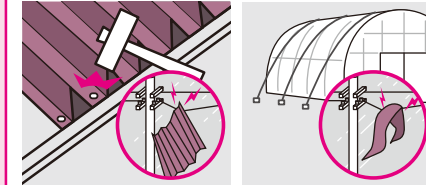
北陸電力送配電からのお願い

台風・強風前の対策にご協力ください。

電線や電柱に異物が引っかかると、停電となる恐れがありますのでご協力をお願いします。

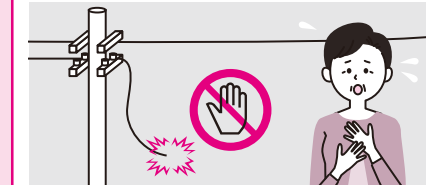
お願い1 飛散防止

トタンやアンテナをしっかりと固定しましょう。また、倒れそうな樹木は伐採し、ビニールハウスのビニールをしっかりと固定しましょう。



お願い2 感電防止

感電の恐れがあるので、切れた電線や折れた電柱には絶対に触れないでください。



お願い3 停電の備え

台風・強風による停電に備え、懐中電灯、携帯電話・スマートフォン用予備バッテリー、ラジオ等を準備しておくで安心です。



「ご自宅が停電になった」「電線・電柱に異物が引っかかっている」「切れた電線を発見」このような場合は、**北陸電力送配電へお問合せください。**

お問合せの際は、チャット受付が便利です。

パソコンやスマホで簡単操作!

チャットでのお問合せについて

チャットは、停電、電線・電柱などの設備に関するお問い合わせに対応しています!

早い 簡単 確実

写真での情報提供にご協力をお願いします!

チャットへのアクセス方法

北陸電力送配電 (自動応答)

こちらは北陸電力送配電株式会社です。チャットでお問い合わせいただきありがとうございます。こちらでは停電に関するお問い合わせをお伺いします。まずは電気がつかない範囲をお選びください。

家全体(全ての部屋、コンセントが停電)

北陸電力送配電(自動応答)

お住まいの地域で広域的な停電が発生していないか確認いたします。停電している場所の郵便番号または住所の入力をお願いします。

チャットへのアクセス方法

北陸電力送配電ホームページ
www.rikuden.co.jp/nw/

スマホアプリ
「停電情報お知らせサービス」
今すぐダウンロード

App Store からダウンロード

Google Play で手に入れよう

推奨環境 iOS 13.0 以上 推奨環境 Android 9.0 以上

※ダウンロードの際、利用規約に同意する必要があります。
※アプリのダウンロードや利用に伴うパケット通信料はお客様のご負担となります。
※バージョンの互換性は各ストアでご確認ください。

スマホアプリ
停電情報
お知らせサービスの
便利な機能

●停電地域をプッシュ通知
確認したい地域を登録することで

停電発生
復旧見込時刻
停電復旧

登録した地域で
停電が発生した場合は、
通知が届きます。

●停電情報の確認
町域単位で、停電情報を確認できます。

停電発生地域をタップすると
町域の詳細情報が確認できます。

非常時に備えて北陸電力送配電公式Twitterのフォローをお願いいたします。

北陸電力送配電株式会社ネットワークサービスセンター ●お問い合わせはこちら ☎0120-837119