



つといの広場前のくるみの木の実が膨らみ、少しずつ秋の訪れが感じられるようになってきました。

今年の夏は暑かったり大雨が降ったりと、心配な日が多くありましたが、水遊びやお祭りなどで楽しい夏を満喫したというお話もたくさん耳することができました。

これからは公園遊びやピクニックなど戸外活動に最適な季節になります。健康管理には十分気を付けながら元気に親子で身体を動かしてみたいかがでしょう。



子育てワンポイントアドバイス

防災について

9月は防災月間です。自然災害に備えて、防災備品の準備はしていますか？せっかく準備をしても、年月が経っていると使用できないことがあるかもしれません。この機会に防災グッズの見直しをしてみたいかがでしょうか。

ご家庭で備えておくもの

- ・水(1日1人3リットル) ・食料品(3日分)
- ・液体ミルク ・ベビーフード など
- ・簡易トイレ ・モバイルバッテリー ・乾電池 ・給水ポリタンク
- ・ランタン 懐中電灯 ・上履き・スリッパ ・手回しラジオ
- ・ホイッスル ・工具・ロープ ・ヘルメット 防災頭巾など



非常持ち出し袋→ママバックにプラスしよう

- ・現金 ・母子手帳 ・保険証 身分証明書 ・筆記用具
- ・常備薬・携帯電話 ・モバイルバッテリー ・ビニール袋
- ・紙おむつ おしりふき ・ウェットティッシュ ・ベビーフード ・水
- ・粉ミルク 哺乳瓶 ・液体ミルク ・お菓子など
- ・こどものお気に入りの絵本やおもちゃ・タオル ・生理用品など
- ・マスク ・眼鏡 ・使い捨てゴム手袋 ・アルコール消毒液

防寒対策

- ・使い捨てカイロ ・防災保温シート ・ポータブルストーブなど
- * 釧路市 LINE の防災情報では、web ハザードマップで自分の住んでいる地域の情報や避難施設を確認することができます。又、災害全般についての情報を掲載していますので確認してみてくださいね。

釧路市ホームページ

「釧路市 Web ハザードマップ」について



つといの様子

7月中旬～8月初旬は、来所された方に、七夕の短冊を書いていただきました。「トミカになれますように」「おさかなのえほんがほしい」など、かわいいお願い事がたくさんありました！

叶いますように♪



避難訓練

7月末の津波警報の際には、児童館の職員・小学生と一緒に、避難場所である商業高校まで避難をしました。

大事には至らず…ほっとしたと同時に、改めて備えの大切さを感じました。

つといの広場では、毎月 避難訓練を実施しています。今月は9日(火)に行います！

今月の子育て講座



『救急法』

日時 9月18日(木)10:30～11:30

対象 0歳～就学前

申込はこちらから →→



LINE

登録してね！

子育て支援センターからは、子育て講座やイベントのお知らせなど、釧路市の子育て情報や、暮らしに役立つ情報を随時配信します！！

友だち追加は
こちらから！



～気軽にご相談ください～

電話相談・面接相談 各センターで受け付けています。

受付時間 9時～17時

メール相談 ko-toubu@city.kushiro.lg.jp



「基本受信設定」「子育て情報受信設定」
両方の設定を忘れずに！

釧路市の子育て支援センター



東部子育て支援拠点センター は
8月末をもって閉館しました。

10月1日より釧路市交流プラザさいわいに
子育て支援総合センターがオープンします。
9月中も電話・メール・面接相談は受け付けて
いますので気軽にご連絡ください。
TEL (0154) 65-9912

中部子育て支援拠点センター
「にこにこ」



芦野3丁目10-9
TEL (0154) 38-5037

月～土曜日 AM9時30分～12時・PM2時～4時
毎週火曜日（ママズルーム）身体測定をすることができます

西部子育て支援拠点センター
「ぴよんぴよん」



鳥取北4丁目21-8
TEL (0154) 65-6112

親子つどいの広場昭和



昭和中央4丁目7-1
（昭和中央児童センター内）
TEL (0154) 55-2231

月・火・木・金曜日
AM9時～PM2時
水曜日（0～2歳未満）AM9時～

はるとり子育て支援センター



武佐1丁目3-5
TEL (0154) 47-3277

月～金曜日
AM10時～12時
PM1時～4時

風の子認定こども園



子育て支援センター

鳥取南7-2-9
TEL (0154) 65-5956

火曜日（0歳）水曜日（1歳）
金曜日（2歳以上から就園前まで）
AM10時～11時30分

9月のカレンダー

☆は事前申し込みが必要です。

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5 ☆子育て講座 「MOOに遊びに行こう！」 10:00～11:00	6
8	9 ☆子育て講座 「にこにこ運動会」 10:30～11:15 ☆子育て講座 「離乳食講座」 11:00～11:30	10	11	12	13
15 お休み 敬老の日	16	17 ☆子育て講座 「私の気持ちの 片付け方」 10:30～11:30	18 ☆子育て講座 「救急法」 10:30～11:30	19 6～7か月 育児相談	20 9:00～12:00頃まで 健診会場になって います
22	23 お休み 秋分の日	24	25 ☆子育て講座 「保育園の 給食食べてみよう！」 10:30～	26	27
29 ☆制作 「十五夜制作」 10:30～	30				

※講座の申し込みは、マーク()
の支援センターにご連絡ください。



◎子育て講座の日は遊ぶスペースが限られているため、
午後の利用がおすすめです。

「子育ておでかけ相談日」は「とことこひろば」に
名称が変わりました。

市内の遊び場や児童センターに出向いて、ニーズに応じた
子育て情報の提供や相談を行っています。
実施日や場所については随時LINE、Instagramで
お知らせします。

◎令和7年2月より、開催日と利用駐車場が拡大！
「ちびっこマンデー」毎週月曜日 祝日の場合は翌日火曜日
「ちびっこマンデープラス」毎週水・金、第3日曜日
会場：MOO5階多目的アリーナ 9:00～15:30
駐車場：MOO駐車場、釧路錦町駐車場、
釧路河畔駐車場が2時間まで無料。

夜間や休日の急な子どもの症状の対処に悩む場合にご
利用ください。

北海道小児救急電話相談

011-232-1599 または #8000

相談時間 毎日夜7時～翌朝8時まで