



子育て支援センターだより

11月号

令和3年10月29日発行



11月の行事予定



月	火	水	木	金
1	2	3 文化の日	4 わらべうた教室 10:00~11:00	5
8	9	10 おはなし広場 10:00~10:30	11	12 リトミック教室 10:00~11:00
15	16 つくって遊ぼう 10:00~10:30	17	18 誕生会・身体測定 10:30	19
22	23 勤労感謝の日	24 おはなし広場 10:00~10:30	25	26 リトミック教室 10:00~11:00
29	30			

★コロナウイルス状況によっては、行事の中止や変更があります。

★支援室の利用が予約制になりました。(毎日)

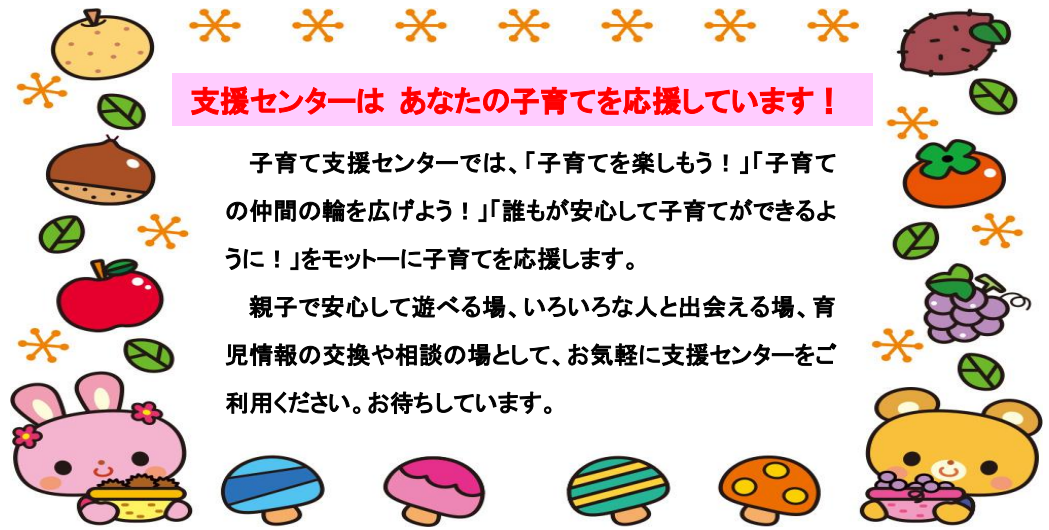
お手数ですが支援センターでの予約をお願いいたします。

予約・問い合わせ

35-3102

12月の予定

- | | |
|-------------|--------------|
| 1日 おはなし広場 | 16日 誕生会・身体測定 |
| 2日 わらべうた教室 | 21日 つくって遊ぼう |
| 10日 リトミック教室 | 23日 クリスマス会 |
| 15日 おはなし広場 | 24日 リトミック教室 |



支援センターは あなたの子育てを応援しています！

子育て支援センターでは、「子育てを楽しもう!」「子育ての仲間の輪を広げよう!」「誰もが安心して子育てができるように!」をモットーに子育てを応援します。

親子で安心して遊べる場、いろいろな人と出会う場、育児情報の交換や相談の場として、お気軽に支援センターをご利用ください。お待ちしております。



リトミック教室の様子(10月8日)



R 3 年度活動内容



<あそびの広場>

・月曜日～金曜日
9:00～16:00



※15:45からはお片付けタイムです。

<おはなし広場>

・毎月第1・第3水曜日
10:00～10:30



☆楽しいお話がいっぱいです。

<リトミック教室>

・毎月第2・第4金曜日
10:00～11:00



☆親子で楽しくリトミックしましょう♪

<わらべうた教室>

・毎月第1又は第2木曜日
10:00～11:00

☆わらべうたを聴きながら、親子でスキンシップを楽しんでみませんか。

<身体測定>

・毎月第3木曜日
☆乳児も幼児も身長・体重を測ることができます。月1回成長を確かめてみませんか？



<お誕生会>

・毎月第3木曜日
10:30



☆みんなで楽しくお祝いしましょう！

<育児相談>

・月曜日～金曜日
9:00～15:00



☆子育てなど一人で悩んでいませんか？お気軽にご相談ください。お電話でも受け付けています。

<体験入園>

・こども園の行事と一緒に参加します。



・豆まきの集い



・ひな祭りの集い

一時預かりについて

★ご家庭で育児されている方で、パートタイム・冠婚葬祭・病気・通院・介護・育児負担の軽減などの為、お子さんを一時的にお預かりします。

★対象児 長柄町に住む満6か月～小学校就学前の乳幼児
(こども園園児を除く) ※定員:5名程度

★利用できる日時 月曜日～金曜日(休業日・祝日を除く) 9:00～17:00

★利用料金 ・3歳以上児…1日 1,000円 半日(4時間) 500円
・3歳未満児…1日 2,000円 半日(4時間) 1,000円
・給食費…1食240円

★利用申し込み申請

- ・初めて利用をする方は、事前面接の必要があります。
- ・利用開始日の2週間前までに、「一時預かり事業利用申込書」を支援センターにお持ちください。緊急の場合はご相談ください。

◎キャンセルは、利用当日の朝8:15までに連絡をお願いします。

★保育料は月末締めで、翌月12日頃までに納付書を郵送します。
金融機関でお支払ください。

薄着の習慣は秋からスタート

肌寒くなってくると、つい子どもに厚着をさせたりしますが、子どもは意外と寒さに強いもの。冬に向けて抵抗力をつけ、丈夫な皮膚を作っていくためにも、今から薄着を心がけていきましょう。

薄着で過ごすコツ

- 寒いときは薄手の上着で調節する
- 肌着を着て保温する
- おなかと背中が出ないようにする



大人より「少し遅く」「1枚少なく」!

大人が「長そでを着よう」と思ったとき、子どもは長そでにするのを少し遅らせる。大人が重ね着するとき、子どもは1枚少なく着せる。こうすると、自然と薄着が習慣づけられます。

栄養をとってかぜを吹き飛ばそう

かぜの初期にネギみそ湯 みじん切りにしたネギと、小さじ1、2杯程度のみそをカップに入れ、熱湯を注いで完成。殺菌効果があります。

吐き気止めにはショウガ汁 おかゆやみそ汁にショウガ汁を数滴たらして。吐き気を抑えるのに効果的です。

体の調子を整える野菜類 野菜にはかぜを予防するビタミンがいっぱい! 積極的にとりましょう。

ビタミンC 不足するとかぜをひきやすいキャベツ、ハクサイ、ダイコンなど

ビタミンA、カロテン 粘膜を強くするホウレンソウ、ニンジン、ニラなど

