



# 小鹿野町 子育て支援センターだより

令和5年 11月

小鹿野町飯田2732 (TEL75-0550)

朝夕の冷え込みが厳しく一日のうちの寒暖差が大きくなり、風邪をひいたり体調を崩しやすい時期となりました。インフルエンザの流行も今年は早いようです。手洗い、うがい、手指消毒等、基本的な対策を引き続きお願いします。

子育て支援センターでは、親子自由遊びの後、音楽に合わせた体操やストレッチで体と心をほぐしています。体を動かしたあとは、栄養と睡眠をとって寒い冬に向けて体力をつけていきましょう。



☆申し込み事業

	月	火	水	木	金	土
日			11/1	2	3	4
午前			☆お庭で遊ぼう (球根、花苗植え)	発育測定 栄養相談	文化の日	
午後			午後開放	午後開放		
日	6	7	8	9	10	11
午前	開放	☆さつまいも クッキング	親子ふれあい遊び ☆ほっとハグくむ ママサロン	☆公園で遊ぼう (みどりの村)	開放 すくすく (計測・発育相談)	土曜午前開放 ☆パパと遊ぼう
午後		午後開放	午後開放	午後開放	午後開放	
日	13	14	15	16	17	18
午前	開放	☆ともだちになろう	☆手形足形 スタンプ	☆サーキット遊び	開放 ☆すくすく (離乳食講座)	
午後		午後開放	午後開放	午後開放	午後開放	
日	20	21	22	23	24	25
午前	開放	☆わいわい座談会 子育ての3つのヒント	☆子育てサークル ニャッピーくらぶ	勤労感謝の日	開放 すくすく(手形足 形・ふれあい遊び)	
午後		午後開放	子育て相談		午後開放	
日	27	28	29	30	12/1	2
午前	開放	☆年齢別講座 よちよちてくてく じゃんぷ	☆産後ママの ストレッチ教室	☆誕生会	開放 すくすく (計測・発育相談)	
午後		午後開放	午後開放	午後開放	午後開放	



子育て支援センターは、親子の輪が広がる楽しい居場所です。専任保育士が常駐し、子育て関連情報の提供も行っています。気軽にお出かけください。

### 開放

日時●開放日9:00~12:00  
毎日13:00~16:00

対象●0歳~3歳のお子さんと保護者

場所●赤ちゃんの部屋・ホール・庭

内容●色々なおもちゃや絵本があります。  
好きなおもちゃで親子一緒に遊びましょう。  
危なくないよう保護者の皆様は、お互いに注意を払って遊びましょう。



### すくすく(1歳未満のお子さんと保護者)

時間●10:00~11:30

日時・内容

- ①11/10(金) 計測・発育相談(助産師)
- ②11/17(金) 離乳食講座(管理栄養士)  
\*予約制\*美食。スプーンと食器をお持ちください。
- ③11/24(金) 手形足形・ふれあい遊び(保育士)



### にこにこタイム(絵本読み聞かせ時間)

日時●毎日11:30~11:45  
16:00~16:15

内容●手遊び、絵本の読み聞かせ



### 子育て相談(電話・面談・オンライン)

日時●月~金曜日 9:30~16:00

内容●トイレトレーニング、ことば、しつけ、食事等、子育てに関する心配事や悩みをお話してみませんか。  
相談日●11/22(水)

### 発育測定・栄養相談

日時●11/2(木) 10:00~11:30

内容●身長・体重を測定します。毎月記録できる計測カードを用意しています。11:20から健康教育です。栄養相談もお受けします。

対象●1歳以上のお子さんと保護者

### 土曜午前開放

日時●11/11(土) 9:30~11:30

内容●ホール・庭を開放します。危なくないようお互いに注意をはらって、親子で一緒に遊びましょう。  
対象●0歳~就学前のお子さんと保護者

### ♪やきいも グーチャーパー

(歌詞)

やきいも やきいも →手拍子4回  
おなかグー →両手グーお腹に当てる  
ほっかほかほっかほか →両手開閉  
あちちのチー →両手でチョコキ  
たべたら なくなる →食べるしぐさ  
なんにもパー →両手でパー  
それ やきいもまとめて →手拍子4回  
グーチャーパー →両手でグーチョコキパー  
(じゃんけんぽん) →(じゃんけん)

(動作)



予約：11月1日～開催日前々日、又は定員になり次第締め切ります

### ☆お庭で遊ぼう \*予約制

日時●①11/1(水) 10:00~11:30  
内容●チューリップ球根とパンジー花苗植え  
対象●1歳~3歳のお子さんと保護者  
持ち物●着替え、タオル、ビニール袋、水筒  
軍手、長靴

申込●開催日前々日までにお申し込みください。  
\*雨天の場合は、ホールで遊びます。

### ☆さつま芋クッキング \*予約制

日時●11/7(火) 10:00~11:30  
内容●収穫したさつま芋でさつま芋もちを作ります。  
袋の上からこねたり、ホットプレートで焼いて  
仕上げます。

対象●1歳半~3歳のお子さんと保護者10組  
持ち物●エプロン、タオル、水筒、スプーン、  
フォーク、箸(親子共)  
申込●開催日前々日までにお申し込みください。

### ☆公園で遊ぼう・みどりの村(こどもの広場)

\*予約制 \*現地集合・解散となります。

日時●11/9(木) 10:00集合~11:30  
時間厳守をお願いします。

都合の悪い場合は連絡をお願いします。  
内容●みどりの村・子どもの広場で遊びます。  
雨天時は子育て支援センターで遊びます。

対象●1歳~3歳のお子さんと保護者 10組  
持ち物●着替え、タオル、袋、水筒  
申込●開催日前々日までにお申し込みください。

### ☆パパと遊ぼう \*予約制

日時●11/11(土) 10:30~11:30

内容●親子で秋のあそびを楽しみます。

対象●0歳~就学前のお子さんと保護者

持ち物●水筒

申込●開催日前々日までにお申し込みください。



### ☆ともだちになろう♡ \*予約制

日時●11/14(火) 10:00~11:30

対象●令和4年~5年生まれのお子さんと保護者

内容●すすく~よちよちまで母子共に顔見知りになっ  
て一緒に遊んだりお話ししましょう。

申込●開催日前々日までにお申し込みください。

### ☆手形足形スタンプ \*予約制

日時●11/15(水) 10:00~11:30

内容●お子さんの手形足形を成長の記念にスタンプ  
します。スタンプ台帳を初回プレゼント。

対象●1歳~3歳のお子さんと保護者

申込●開催日前々日までにお申し込みください。



### ☆サーキット遊び \*予約制

日時●11/16(木) 10:00~11:30

内容●巧技台等を使って、登ってくぐって跳んで、  
体をいっぱい動かして遊びます。

対象●1歳半~3歳のお子さんと保護者

### ☆わいわい座談会 \*予約制

「子育てのストレスを減らす3つのヒント」

日時◆11/21(火) 受付9:45~10:00

10:00開始~12:00

内容◆堀友子公認心理師による講座です。日頃の  
育児の悩みを気軽に相談したり、育児スト  
レスを減らすヒントをお聞きします。

対象◆0歳~3歳のお子さんと保護者 15組

◆個別相談(小学生まで) 2組

①13:00 ②14:00

申込◆定員になり次第締め切ります。

### ☆子育てサークル ニャッピーくらぶ

日時●11/22(水) 10:00~11:30

内容●お母さん達が運営する子育てサークル

です。今月は吉田牧場でアイスクリーム

作りをします。

対象●0歳~3歳のお子さんと保護者

申込●開催日前々日までにお申し込みください。



### ☆年齢別講座・よちよちてくてくじゃんぷ

\*予約制

日時●11/28(火) 10:00集合~11:30

内容●秋の散歩に行きます。

対象●1歳~3歳のお子さんと保護者

持ち物●靴、水筒、手拭きタオル

申込●開催日前々日までにお申し込みください。



### ☆誕生会 \*予約制

日時●11/30(木) 10:00~12:00

内容●10月・11月生まれのお子さんの誕生会。  
手作りの誕生カードをプレゼントします。

みんなでお祝いしましょう。

対象●0歳~3歳のお子さんと保護者

### ☆ベビーマッサージ \*予約制

日時●12/5(火) 10:00~12:00

内容●歌を添えたベビーマッサージは赤ちゃんの体  
調を整え心も育てます。お母さんもリラック  
スして楽しみましょう。

対象●2ヶ月~7ヶ月のお子さんと保護者 6組

持ち物●大きめのバスタオル、オムツ、着替え

申込●定員になり次第締め切ります。

### ♡利用時のお願い♡

- ・利用される方(大人・子ども)は、ご自宅で検温してから来所してください。来所時にも検温し体温が37.5℃以上ある場合は利用を控えていただきます。尚、体調が悪い場合は来所をご遠慮ください。
- ・来所時は石鹸での手洗い、手指消毒、室内の換気にご協力ください。
- ・水分補給のお茶は水筒に入れてお持ちください。お菓子やジュース等のご遠慮いただいています。
- ・おむつ替えはトイレにシートがありますのでご利用ください。紙おむつ等ごみの持ち帰りにご協力をお願いします。
- ・ご不明な点は子育て支援センターまでお問い合わせください。また、母子モアプリ「ほっと子育ておがキャブリ」で配信しますので、最新情報をご確認ください。

