



宮田子育て支援センター
(みやだ子育て保育ステーション内)
電話 (0576) 55-0521
子育て相談も受け付けています。
気軽にお話してください

R3年 11月 宮田子育て支援センター

日中のぽかぽかとしたお日さまがより温かく感じられる程、朝晩の冷え込みに晩秋の気配が深まる頃となりました。季節の変わり目は体調を崩しやすくなります。栄養バランスを考えた食事をし、昼間はしっかりと身体を動かし、たっぷりと睡眠を取りましょう。また、ステーション園庭では、元気いっぱいに戸外遊びを楽しむことができますよ。規則正しい生活を心がけることで、免疫力も高まります。健康管理には、十分気をつけていきましょう。

避難訓練体験



日時：11月2日(火)

～11月5日(金)



(げろ市民シェイクアウト訓練実施日5日)

時間：10:00～

- ・災害はいつ起こるかわかりません。災害時に備えて安全に避難できるように支援センターでの訓練に参加してみませんか。
- ・家庭でこれだけは準備しておくという対策についてお伝えしたいと思います。一緒に確認してみましょう。

今月の作ってあそぼう

お箸を作ろう!

(2日～30日)

広告紙などを丸めて、遊び感覚で使える箸作りをします。

クリスマスリース作り

(10日～30日)



ステーションで育てたさつまい芋のつるでリースを作りましょう。飾りたい物がありましたらお家からお持ちいただいてもいいですよ。

ひまわりの種について



10年前の東日本大震災で東松島市立矢本東小学校も被災し、復興にと“希望のひまわり”と名付けられた種が全国に配られました。その種を飛騨県事務所からいただき、今年で2回目のひまわりがとてもきれいに咲きました。種は全国各地で一生涯懸命育て続けてきた人々の絆の象徴です。みやだ子育て保育ステーションで咲いた“希望のひまわり”の種が欲しい方は、是非お持ち帰りください。来年の5月頃、種をまいて希望のひまわりの花を咲かせましょう。

支援センターオリジナル親子ヨガ週間

日時：11月15日(月)～11月19日(金)

ステーションオリジナルのヨガを簡単にできるポーズを取りながら遊び感覚で楽しみましょう。



☆食育だよりについて☆

児童福祉課の栄養士が作成した市営園の食育だよりと給食レシピを支援センターでも掲示や配布をしています。参考になる献立や人気レシピを紹介していますので是非ご覧くださいね。



・コロナ対策の為、1日4組の定員とさせていただきます。支援センターをご利用される前に利用状況をご確認してからお越しくださいますようお願いいたします。

☆子育て応援メッセージ☆

子どもの話を聞きましょう。

真剣に聞くだけで、

あなたは大切な存在だよ、

と伝えることとなります。

「子育てハッピーアドバイスより」

