



朝晩は気温が下がり、日中は暑いぐらいの陽気もあり寒暖差に体調が追いつかないですね。衣服の調節をしたり生活リズムを整えて、季節の変わり目も健康で過ごせるようにしましょう。

秋から冬に変わるこの時期ならではの自然にも目を向けながら、戸外で身体をたっぷり動かし、寒さに負けない身体づくりもしていきたいですね！



つくってあそぼう！

世界にひとつだけの花
あそぶ

秋の製作「もみじのリース」をつくろう！

6日(水)～28日(木)

秋の彩りをリースにしてお部屋を明るく飾りましょう！

材料を用意しておきますので、好きな時間に作ってくださいね！



身体測定日&育児相談

11月28日(木) 身体を動かしてあそぼう終了後
「身体を動かしてあそぼう」終了後に測定していただけます。乳児用の測定器は体重計のみです。タオルなど敷ける物をご持参ください。幼児用の測定は身長・体重ともできます。

育児相談はいつでも受け付けます。お気軽にお話しくださいね！

「つながろう!こそだての㊦

～子育てはひとりじゃないよ!～

10月21日(月)あさぎり体育館にて、市内支援センター・児童館合同イベントが行われました。市内の未就園児親子の皆さん、総勢140人近くお集まりいただき、楽しいひと時を過ごすことができました！

参加された皆さんからいただいたアンケートでは

「同じ年代の子がたくさんいてうれしかった!」

「気分転換になってよかった!」

「なんでもバスケットで気になる質問を聞く事ができてよかった!」

「他地域の方と交流ができてよかった!」

「交流しながらリフレッシュできた!」

「親も子どもも楽しめました。親が楽しむ事が大切なんだと思いました」等々たくさんの感想をいただきました!

親子で、お友達と、初めてあった親子さんと、一緒に笑ったりおしゃべりしたり、「子育ての輪」と笑顔が広がる、そんな温かい場になったのではないのでしょうか?子育ては一人じゃない!たくさんの仲間がいる!

そんなことを実感できる会になったかなあ～と思いました!

たくさんの親子さんに参加して頂きありがとうございました!

また来年も、「子育ての輪」が広がりがつなげるイベントができたらいいな、と思っています!



交通安全教室のおしらせ

日時 11月7日(木)10:00～11:00

場所 かみはら子育て保育ステーション園庭
(雨天時:遊戯室)

今年も中原駐在所のおまわりさんに来ていただきます。道路の安全な歩き方や横断歩道の渡り方など、交通安全について親子で学びましょう!

終了後にバトカーを見せて頂けます。(乗せてもらえるかも・・・)



世界にひとつだけの花
あそぶ
こころ

身体を動かしてあそぼう!

日時 11月28日(木) 10:00～11:00

場所 かみはら子育て保育ステーション遊戯室

持ち物 飲み物(水かお茶) 動きやすい服装

進藤保育士の「身体を動かしてあそぼう」です。親子でゆったりと楽しみましょう! ふれあいあそびや絵本の読み聞かせ、手話の歌もあります。。(竹原は19日(火)に行いますのでどちらにも参加していただけますよ!)

お子さんは裸足になりますが、親子共室内シューズをお持ちいただいてもいいですよ。



交通安全教室・身体を動かしてあそぼうに参加希望の方は事前に予約をお願いします。(予約表・電話もOKです!)

予約なしで当日来ていただくのも歓迎です!

*12月行事の予約も11月から受け付けます!

12月の予定

12月2日(月)避難訓練(消防署から来ていただきます。消防車もみせてもらえますよ!) 場所 上原子育て支援センター

12月11日(水)音楽あそび(日下部亜希子先生が来て下さいます。)竹原出張広場は12/10(火)です

1月の予定

1月22日(水)親子ストレッチ教室(すいめいヘルスクラブの二村諒汰先生に来ていただきます。ストレッチでリフレッシュ&身体ほぐししましょう!) 場所 上原子育て支援センター

R6、11がつ 上原支援センターカレンダー

◎は保健センター行事です

月	火	水	木	金
「日本の四季が二季になる？」 今年は10月にも夏日があり「今は秋じゃないの？」と思いましたね。だんだん日本の四季が感じられなくなってきたと感ずます…。10月後半には急に寒くなり夏から急に冬になったような、「秋はどこに行ったの？」と思うような異常気象に淋しさと怖さを感じました。春には寒さから目覚めた花や生き物が顔を出し、暑い夏を過ごし、心地よい風と紅葉を愛でる秋が過ぎ、寒い冬が来る…。そんな日本の四季はなくなってしまうのでしょうか…。 日本の四季を守る為に今できる事を家庭でも考えてみませんか？ ・家庭での省エネを心がける・食べ残しをしない・買い物の際は本当に必要か考える・3R(リデュース・リユース・リサイクル)を心がける・コンポストの利用などゴミを少なくする 等々、小さなことから始めてみましょう！				1 竹原移動児童館 ◎もぐもぐ教室 下呂市民会館
4 振替休日 	5 竹原出張広場	6 つくってあそぼう 「もみじのリース」 * 室内外遊び ◎育児相談（要予約） 下呂子育て支援センター	7 交通安全教室 	8 竹原移動児童館 ◎10ヶ月児教室 下呂市民会館
11 つくってあそぼう 「もみじのリース」 * 室内外遊び	12 すみれっこ（下呂・上原・竹原合同） 竹原出張広場はお休みさせていただきます	13 つくってあそぼう 「もみじのリース」 * 室内外遊び	14 ◎4ヶ月児健診 下呂温泉病院	15 竹原移動児童館
18 つくってあそぼう 「もみじのリース」 * 室内外遊び	19 竹原出張広場	20 つくってあそぼう 「もみじのリース」 * 室内外遊び ◎3歳児健診 萩原保健センター	21	22 竹原移動児童館 ◎2歳児教室 下呂市民会館
25 つくってあそぼう 「もみじのリース」 * 室内外遊び	26 竹原出張広場	27 つくってあそぼう 「もみじのリース」 * 室内外遊び	28 身体を動かしてあそぼう！ ◎1歳6ヶ月児健診 萩原保健センター	29

上原子育て支援センター開設日 **月・水・木曜日** 9:00～12:00（土日、祝祭日・年末年始はお休みです）

火曜日は竹原出張広場、金曜日は竹原移動児童館をご利用いただけます。

* 警報発令時は支援センターはお休みします。利用時に警報等発令された場合は安全を確保し、早めの帰宅をしていただきます。

《子育て相談》どんな些細な事でもお気軽にお話し下さい。電話でも受け付けます。

☎27-1205 かみはら子育て・保育ステーション内 担当 浅野恵里香