



早いもので今年のカレンダーもあと1枚となりました。少し前まで暖かい日が多く冬が来るとは思えませんでした。今年の冬は寒く雪がたくさん降るようです。お天気がいい日は散歩をしたり外遊びを楽しんで身体をたくさん動かし、寒さに負けない身体づくりをしましょう！冬の三大感染症「インフルエンザ」「ウィルス性胃腸炎」「RSウイルス」が流行る時期です。「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけ、年末年始を元気に迎えられるようにしましょう！

つくってあそぼう！

世界にひとつだけの花
体験

クリスマス製作

「ミニクリスマスツリー」をつくろう！

2日(月)～23日(月)

クリアカップを使ったミニクリスマスツリーを作ります！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！

5日(木) 19日(木)の2日間は

「みんなでつくろう！」の日にします。お友達親子さんと集まって一緒に作りませんか？

お友達を誘って遊びがてらいらして下さいね！



上の飾りを☆にしようかな？
❖にしようかな？

世界にひとつだけの花
あそぶ
こころ

避難訓練に参加しよう！

日時 12月2日(月) 10:00～11:00

場所 上原子育て支援センター他

支援センター利用中に「火災発生」の想定で訓練をします。職員の指示に従って「慌てず」「落ち着いて」外へ避難しましょう。(天候不良の場合はテラスまでの避難です)

訓練後に「煙体験」をします。火事で一番怖いのは「煙を吸う」事です。煙の中を避難するにはどうしたらいいか、体験してみましょう。ハンカチやタオルなど口を覆える物があるといいですよ！

消火器を使う「初期消火」も体験しましょう！

全て終了後に消防車を見せられます。(乗せてもらえるかも?)



音楽あそびのおしらせ

日時 12月11日(水) 10:00～

場所 かみはらステーション遊戯室

持ち物 飲み物(お茶か水)・動きやすい服装

*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！

加子母の音楽教室講師 日下部亜希子先生が来て下さいます。元気いっぱい亜希子先生と一緒に親子で楽しく遊びましょう！

子育て中のお父さん、お母さんの気持ちを「ホッ！」と楽にさせて下さるお話も聞けます。ぜひご参加下さい！

12/10(火)竹原出張広場でも開催します。どちらでも参加いただけますよ。



避難訓練・音楽あそびに参加希望の方は、事前に予約をお願いします。(支援センター内に予約表あります。電話でも受け付けます)

当日予約なしで参加も歓迎です！ぜひご参加下さい！

上原子育て支援センター・竹原出張広場・下呂子育て支援センター合同企画

親子ストレッチ教室&ちょこっとおしゃべり会

日時 令和7年1月22日(水)10:00～

場所 かみはらステーション遊戯室

講師 水明館すいめいヘルスクラブ

理学療法士 二村諒汰先生

上原子育て支援センター・竹原出張広場・下呂子育て支援センター合同企画です。親子で出来るストレッチを教えてください。日頃の疲れを癒し、楽しく身体をほぐして心も身体もリフレッシュしましょう！(室内シューズをお持ちいただいてもいいです)ストレッチ教室終了後は下呂市役所地域振興課 家庭教育担当の石丸裕子さんに「愛着について」をお話していただきながらママさん・パパさん一緒に楽しくちょこっとおしゃべりしましょう！

「年末年始のお知らせ」

12月30日(月)～令和7年1月3日(金)

ステーション・支援センターはお休みです。

1月6日(月)から開所しますのでまた遊びに来てね！



R6、12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
2 避難訓練 消防署から来ていただきます 	3	4 つくってあそぼう 「ミニクリスマスツリー」 * 室内外遊び ◎育児相談（要予約） 下呂子育て支援センター	5 → みんなであそぼう！の日 →	6 竹原移動児童館 ◎2歳児教室 下呂市民会館
9 つくってあそぼう 「ミニクリスマスツリー」 * 室内外遊び	10 竹原出張広場 (音楽あそび)	11 音楽あそび 🎵 たけはらこども園開放 ◎3歳児健診 萩原保健センター	12 ◎4ヶ月児健診 下呂温泉病院	13 竹原移動児童館 ◎もぐもぐ教室 下呂市民会館
16 つくってあそぼう 「ミニクリスマスツリー」 * 室内外遊び	17 竹原出張広場	18 つくってあそぼう 「ミニクリスマスツリー」 * 室内外遊び →	19 → みんなであそぼう！の日 ◎10ヶ月児教室 下呂市民会館 ◎1歳6ヶ月児健診 萩原保健センター	20 竹原移動児童館 すみれっこ (上原・竹原合同)
23 つくってあそぼう 「ミニクリスマスツリー」 * 室内外遊び	24 竹原出張広場	25 * 室内外遊び →  Merry Xmas	26	27 竹原移動児童館
30 おやすみ (~1/3まで) 	31 	<div style="border: 1px solid red; padding: 5px;"> <p>「除夜の鐘ってなあ〜に？」 寺院では大みそかの夜に「除夜の鐘」を鳴らしていますが、意味をご存じですか？ ・大みそかの夜に寺院の梵鐘を鳴らす事で人間の内側にある煩惱を除き、心穏やかに新年を迎えようという願いを込める（煩惱とは、自分自身を苦しめる心のこと） ・大みそかの夜(除夜)に古いものを捨てて、新しいものに移るという意味の「除日」に由来する ・世の中の人々の今生と来世の幸せを願う 煩惱は一人の人間に108個あると言われています。そのため108回鐘を鳴らし一つ鳴るごとに煩惱を一つ消して、来年は幸せな一年を過ごしたいという願いが込められているそうです。</p> </div>		

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