竹原子育て支援センター・上原子育て支援センター

11がつ すくすくだより

竹原子育て支援センター・上原子育て支援センター
連絡先:たけはらこども園内　☎26－2044
＊子育て相談も受け付けています。お気軽にご利用ください

R8. 11月号

日が短くなり秋の深まりを感じますね。秋から冬になっていくこの時期は落ち葉など自然物を使って遊んだり、踏んだり集めて舞散らしたりしてカサコソする音を楽しんだり、身体を動かす事にも繋がりますね！
寒くなり風邪をひいたり体調を崩しやすくなります。子どもは新陳代謝が活発なので薄着で動きやすくしてあげると身体を沢山動かす事ができ、体力作りもしやすいです。たくさん遊んで寒さに負けない身体づくりをしていきましょう！

11月の園開放はお休みです。
12月の園開放は支援センターと合同の「クリスマスコンサート」の予定です！

つくってあそぼう！

「きのこぴょ～ん！をつくろう！」

4日（金）～27日（金）まで
＊上原は2日(月)9日(月)16日(月)

きのこのかさに指スタンプで模様を付けたら紙コップに貼ってきのこを作ります！「ぴょーん！」と飛ぶきのこにするには・・・？おたのしみに！

身体測定日＆育児相談

日時　11月30日（月）開設時間内
場所　上原子育て支援センター

時間内の好きな時間に測定していただけますので、遊びがてらぜひご利用ください。**乳幼児用体重計と幼児用身長計・体重計の測定となります。**
育児相談はいつでも受け付けています。また、毎月第1水曜日に「下呂子育て支援センター」で保健師さんの育児相談がありますのでご利用いただけます。（予約が必要です）

「楽しかったね！ ちびっこ運動会！」



たくさんのちびっこちゃん、パパ・ママさんたちにご参加いただき、盛り上げていただいたちびっこ運動会！
他地域の親子さんたちとの交流や、親子のスキンシップも楽しんでいただけたでしょうか？
下呂市内の児童館、支援センターのテーマ「つながろう 子育ての㋐～こそだてはひとりじゃないよ～」を実感できるひと時になっていたらうれしいです！
これからも子ども達や保護者の皆さんに楽しんでいただける企画を考えていきたいと思います！
たくさんの皆さんに参加していただけてうれしかったです❣
ありがとうございました❣

12月1日(火)10:00～　避難訓練

消防署から来ていただき「支援センターで遊んでいる時に火事が起こったら・・」の想定で、避難の仕方など教えていただきます。家庭での火災予防についてのお話も聞いたり。消火器を使った初期消火も体験します。消防車も見せていただけますよ！

12月4日(金)10:00～　親子ヨガ

ヨガインストラクターの鎌倉好さんに教えていただきます。親子でふれあいながら楽しみましょう！

「親子交通安全教室」

日時　11月6日（金）10：00～
場所　竹原子育て支援センター（竹原公民館）
講師　下呂警察署宮地警察官駐在所
　　矢嶋　晃英さん（おまわりさん）

下呂子育て支援センターと合同企画です。
おまわりさんに交通安全についてお話していただいたり、道路の歩き方、渡り方を教えていただきます。まだ歩けないおこさんも抱っこで参加しましょう！小さい頃から親子で交通安全について学べる機会です！ぜひご参加ください！
パトカーも見せていただけますよ！

「ママの勉強会」こんな時どうする？ ～子どものけが・病気～

日時　11月10日（火）10：00～
場所　竹原子育て支援センター（竹原公民館）
講師　たけはらこども園　谷川悦美看護師

けがや病気は突然なので対処に戸惑う事もあるのでは？
たけはらこども園の看護師さんに、子どもがかかりやすい病気やけがの対処法を症例別に詳しくお話していただきます。知っておくと役立てる！皆さん一緒に学びましょう！

「親子ふれあい遊び」

日時　11月17日（火）10：00～
場所　竹原子育て支援センター（竹原公民
講師　進藤真紀代保育士

真紀代保育士の「親子ふれあい遊び」です。
親子でたっぷりふれあいながら、ゆったりした時間を楽しみましょう！

各行事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「行事予約表」がありますのでご記入いただくか、お電話でも受け付けます。（26－2044　たけはらこども園）

早寝で子育て楽になる！(中日新聞の記事より)
かんしゃくがひどく、泣き叫んだり、朝起きられず登園、登校の準備が大変！というママが「19時消灯」を実践したところ、十分な睡眠で子どもが機嫌よく過ごせるようになり、笑顔が増え、ママも子どもが寝た後に自分の時間ができ心に余裕ができた、という記事がありました。19時消灯はちょっと早すぎるかもしれませんが、少しでも早く寝てくれると親もうれしい、子どもも機嫌がいい。親子で楽になりますよね。なかなか寝られないお子さんは早寝できるよう、夕方の過ごし方を工夫してみたり、朝起きる(起こす)時間を決めるなど生活リズムを少し変えてみるといいかもしれませんね！

R8、11がつ　竹原・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 上原 つくってあそぼう 「きのこぴょ～ん！」	3 文化の日 	4 竹原 上原 つくってあそぼう 「きのこぴょ～ん！」(竹原) 育児相談（要予約） 下呂子育て支援センター	5 上原	6 竹原 交通安全教室 （おまわりさんに来ていただきます） ◎２歳児教室 下呂市民会館
9 上原 つくってあそぼう 「きのこぴょ～ん！」	10 竹原 ママの勉強会 ～こどものけが・病気～ 	11 竹原 上原 つくってあそぼう 「きのこぴょ～ん！」(竹原) すみれっこ	12 上原 ◎４ヶ月健診 下呂温泉病院	13 竹原 つくってあそぼう 「きのこぴょ～ん！」
16 上原 つくってあそぼう 「きのこぴょ～ん！」 ◎1 歳６ヶ月児健診 下呂市民会館	17 竹原 親子ふれあい遊び 	18 竹原 上原 つくってあそぼう 「きのこぴょ～ん！」(竹原)	19 上原	20 竹原 つくってあそぼう 「きのこぴょ～ん！」 ◎１０ヶ月教室 下呂市民会館 ◎3 歳児健診 下呂市民会館
23 勤労感謝の日 	24 竹原 つくってあそぼう 「きのこぴょ～ん！」	25 竹原 上原 →	26 上原	27 竹原 つくってあそぼう 「きのこぴょ～ん！」
30 上原 身体測定日	12/1 避難訓練（消防署から来ていただきます） 	2 **紙おむつ処理用ごみ処理券を配布します** 下呂市子育て世帯応援事業「紙おむつ処理用ごみ処理券」を支給しています。対象のお子さんには誕生日の前月に市から案内が届きますので、こども園、支援センター、上原の方はステーションにお越しください。 **受領確認のため、案内用紙・スマホ(QR コードが読み取れるもの)・お子さんの氏名・生年月日が確認できる身分証明書をお持ちください。（誕生月にお渡しします）**	3	4 親子ヨガ ◎もぐもぐ教室 下呂市民会館

竹原子育て支援センター開設日　火・水・金曜日　9:00～15:00
上原子育て支援センター開設日　月・水・木曜日　9:00～12:00
（両施設とも土日・祝祭日・お盆・年末年始はおやすみです）

＊上原子育て支援センターは月曜日のみ担当者が在中します。水・木曜日は開放のみとなります。
＊気象警報発令時は支援センターはお休みとなります。利用途中に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。ご理解、ご協力くださいますようお願いします。

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

☎26－2044　たけはらこども園内　　竹原・上原子育て支援センター　担当　浅野恵里香