



スポーツの秋、食欲の秋、芸術の秋・・・といろいろありますが、気候が穏やかな日が続くと皆さんも活動的になりますよね。子育て支援「すきっぷ」に参加していただいている皆さんも毎回元気に過ごし、楽しんでくれています。これから少しずつ寒くなってきますが、体調管理に気をつけて元気に過ごして欲しいと思います。

10月の様子



ハロウィン製作♪

— 広田保育所の子育て支援 —  
いつでもご利用下さい！

月曜日から金曜日の 10:00 から 16:00

◎ 絵本の貸し出し

保育所の絵本コーナーにて2冊まで貸し出し可能です！  
1週間を目安にご返却お願いいたします。

◎ 所庭開放

所庭を開放しています。安全のため所庭開放の時間帯は正門が閉まります。正門が開いている目印は正門の所に旗が出ています。もし、旗が出ていない時は、裏門からお入りください。

※遊びに来た時は、職員に一言声を掛けてください。来所名簿への記入をお願いします。

◎ 電話相談（育児相談、健康相談、栄養相談等）

☎ 0242-93-5510（子育て支援電話直通）

11・12月・1月  
親子交流ひろばのご案内



※前日までに予約をしてください。

11月の予定	時間	内容	場所
11 / 1 (水)	9:30 ~ 11:00	「親子交流広場」 ◆対象：0才～未就学児と保護者 季節のおもちゃづくりや交流を楽しみましょう	河東保健センター
11 / 2 (木)		「離乳食講座」 ◆対象：離乳食対象児と保護者 後期食・完了食を対象に相談や試食の時間を設けます ◆持ち物：水分補給できるもの	
11 / 15 (水)		「パステルアート講座」 ◆対象：0才～未就学児と保護者 絵を描くことでリフレッシュしませんか？	
11 / 24 (金) ◎身体測定日		「親子交流広場」 ◆対象：0才～未就学児と保護者 季節のおもちゃづくりや交流を楽しみましょう	

12月の予定	時間	内容	場所
12 / 6 (水)	9:30 ~ 11:00	「親子交流広場」 ◆対象：0才～未就学児と保護者 クリスマス飾りづくりや交流を楽しみましょう	河東保健センター
12 / 7 (木)		「冬のコンサート♪」 ◆対象：0才～未就学児と保護者 会津短大生による劇とコンサートをしましょう！	
12 / 21 (木) ◎身体測定日		「親子交流広場」 ◆対象：0才～未就学児と保護者 季節のおもちゃづくりや交流を楽しみましょう	
12 / 22 (金)		「ちいさなクリスマス会」 ◆対象：0才～未就学児と保護者	

【1月の予定】\*親子交流ひろば\*

- 1 / 17 (水) 季節のおもちゃ作りとわらべうた遊び
- 1 / 18 (木) おみせやさんごっこ
- 1 / 31 (水) 親子交流、ふれあい遊び
- 2 / 1 (木) 豆まき会

※予定が変更になることもありますのでご了承下さい

メニュー  
お芋ピザ



手作りおやつ  
紹介  
(クッキング)



<作り方>

- ①じゃがいもの皮をむき、柔らかくなるまで茹でる。
- ②ピーマン、玉ねぎはせん切りにし、しめじはほぐしておく。
- ③じゃがいもを良く潰し、米粉(又は片栗粉)を混ぜてひとまとめにする。
- ④③をピザの生地のように丸く伸ばす。(一人分ずつ丸めても、後で切り分けるように大きく丸めてもOK!)
- ⑤④にケチャップを塗り、②の具材をのせ、チーズをかける。
- ⑥フライパンにアルミホイルかクッキングシートを敷いた所に⑤を並べ、蓋をしてチーズが溶け、下に焦げ目が付くまでじっくりと焼いたら出来上がり!!

【 お芋ピザ 】

- 5人分くらい -



- <材料>
- ・じゃがいも..... 500g
  - ・米粉(又は片栗粉)..... 小さじ 1/2
  - ・塩..... 小さじ 1/3
  - ・ピーマン..... 1/2 個
  - ・玉ねぎ..... 1/4 個
  - ・しめじ..... 1/4 個
  - ・ケチャップ..... 50g
  - ・とろけるチーズ..... 50g

ちょこっと  
わらべ歌

【 どんぐりころちゃん 】

どんぐりころちゃん

あたまは とんがって

おしりは ペっちゃんこ

どんぐりはちくりしょ



《 あそびかた 》

- |                                    |                                      |
|------------------------------------|--------------------------------------|
| ♪ どんぐり<br>ころちゃん<br>あたまは<br>とんがって ⇒ | ♪ 頭の上で両手で三角<br>を作り、歌いながら上下<br>に動かす。  |
| ♪ おしりは<br>ペっちゃんこ ⇒                 | ♪ 両手を後ろに回し、お<br>しりをべんべん叩くしぐさ<br>をする。 |
| ♪ どんぐり<br>はちくりしょ ⇒                 | ♪ 最後にじゃんけんをす<br>る。                   |

※ 手の中にどんぐりか何かを入れ、左右の手に渡しながら歌い、最後に「どっちだ」と当てっこしてもいい。

いい体を作るための健康チェック月間として、普段のケアを見直してみませんか？ちなみに、11月29日は「いい肉の日」。お肉も野菜も美味しく食べて、元気な体を作りましょう！

けんこう情報

体に関する記念日

11月8日は「いい歯の日」、11月12日は「いい皮膚の日」。記念日には普段の歯磨きや保湿を見直しましょう！

11月8日 <sup>118</sup> いい歯を守ろう



仕上げみがき、していますか？



まずは子どもが自分でみがくのを見守り、最後は仕上げに大人がみがいてあげましょう。奥の隙間や歯の裏側など、自分ではみがきづらい部分までしっかり汚れを落とし、元気な歯を守ります。



痛くないコツ

上の前歯の中央と上唇をつなぐひだ(上唇小帯)に歯ブラシが当たると痛みます。指で押さえましょう。

口を引っ張らない

奥を見ようと口の端を引っ張るのではなく、指で頬を内側から押しましょう。奥歯の側面が見やすくなります。



11月12日 <sup>1112</sup> いい皮膚を守ろう



気温が下がると湿度が低くなるため、肌がかさかさしやすくなります。お風呂上り、登所前にしっかり保湿して、肌のかさつきやトラブルを防ぎましょう。

毎日ギュツとしていますか？

11  
いい子を守ろう



子どもはいつでも「いい子の日」！毎日一回ギュツとして、心の元気をチャージしましょう。