

聖ヶ丘子育て支援センター

<問い合わせ> 聖ヶ丘保育園 TEL 689-8721(9:00~15:00)

11月の行事予定

	月	火	水	木	金	土	日
午前		1 親子教室 (1歳児)	2 サークル	3 文化の日 (休園)	4 室内開放 ☆あかちゃんの日	5 休み	6 休み
午後							
午前	7 室内開放	8 親子教室 (1歳児)	9 室内開放	10 ♪公園広場 (緑ヶ丘公園)	11 サークル	12 休み	13 休み
午後				室内開放			
午前	14 親子教室 (2歳児)	15 親子教室 (2歳児)	16 ♪親子の広場 (日吉台公民館)	17 ♪育児講座 (体育あそび)	18 (園行事の為駐車不可)	19 休み	20 休み
午後		室内開放					
午前	21 親子教室 (2歳児)	22 親子教室 (2歳児)	23 勤労感謝の日 (休園)	24室内開放 (身体計測)	25 サークル	26 休み	27 休み
午後	室内開放 ☆あかちゃんの日☆	サークル					
午前	28 親子教室 (2歳児)	29 親子教室 (2歳児)	30 サークル	~お願い~ ・必ずマスクの着用をお願いします。 ・来園前に検温してからお越しください。 ・ご家族に体調のすぐれない方がいる場合は来室を ご遠慮ください。			
午後	サークル						

◎親子教室・育児講座は事前の申し込みが必要です。

☆ふれあいデー☆

- ・園庭開放...毎日行っています。雨天時中止。
9:00~12:00 12:00~15:00
(事前予約は要りません)
- ・室内開放...上記予定表をご確認ください。
午前の部→9:00~12:00 午後の部→13:00~15:00
各回10組 予約優先制 複数回予約可
申し込み方法:電話(689-8721)9時~15時
- ・サークル...予定表のサークル日をご確認の上、
お申込みください。
午前の部→9:30~11:00 午後の部→13:30~15:00

☆今月の予定☆

- ♪出前広場...予約優先制:10組 赤ちゃんも大歓迎♪
- ・親子の広場(日吉台公民館)
日時:11月16日(水)10時30分~11時30分
支援センターのおもちゃを持って遊びに行きます。
ダンスやお話もあります。
- ・公園広場(緑ヶ丘公園)
日時:11月10日(木)10時30分~11時30分
お空の下で一緒にあそぼう♪みんなで元気に
ちびっこ運動会ごっこを楽しみましょう!!
- ♪育児講座
・体育あそび 日時:11月17日(木)
詳細は広報10月号またはセンター掲示板をご覧ください。
◎幼稚園・保育園に通われているお友達はご遠慮ください。

☆12月の予定☆

- ♪出前広場 10時30分~11時30分
- 親子の広場(日吉台公民館) 12月21日(水)

♪クリスマス会 12月14日(水)13時~14時

- 対象:0歳から就園前の乳幼児とその保護者
- 定員:20組(申し込み順)
- 受付開始日11月28日(月)13時~

◎幼稚園・保育園に通われているお友達はご遠慮ください。



ピョンタレター

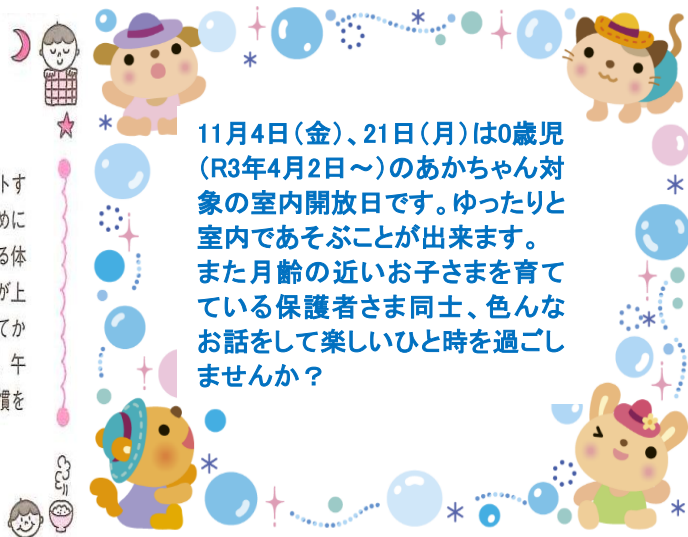
社会福祉法人つつみ会
 聖ヶ丘保育園 こども未来学舎
 聖ヶ丘子育て支援センター
 2022年11月

空気が冷たくなるにつれ、ポカポカとしたお日さまの暖かさをありがたく感じます。朝晩は特に冷え込むようになりましたので、皆さまも体調には気を付けてお過ごしください。今月の育児講座は17日(木)に体育あそびがあります。体を楽しく動かして遊びましょう！みなさまのご参加お待ちしております。



早寝・早起き・朝ごはん

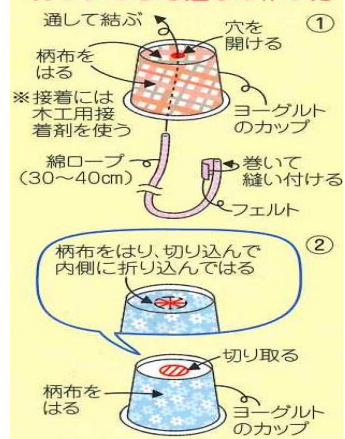
朝ごはんをしっかり食べて、元気に一日をスタートするためには、規則正しい生活リズムが大切です。早めに就寝し、目覚めよく起きることで、朝ごはんを食べる体の準備が整います。朝ごはんを食べることで、体温が上昇し、体の働きが活性化されます。また、食事をしてから約2時間後に脳が活発に働くといわれているので、午前中に集中して遊ぶためにも、朝ごはんを食べる習慣を身につけていきましょう。



11月4日(金)、21日(月)は0歳児(R3年4月2日～)のあかちゃん対象の室内開放日です。ゆったりと室内であそぶことが出来ます。また月齢の近いお子さまを育てている保護者さま同士、色んなお話をして楽しいひと時を過ごしませんか？

手作りおもちゃ「カップのひも通し」

カップのひも通しの作り方



ヨーグルトカップと綿ロープで作るひも通しです。穴の大きさやひもの太さは、お子さまの発達に合わせて変えていくのも楽しいです



保健だよ!

せつかくのウイルス対策が...

- 発熱
- せき
- 呼吸困難感
- だるさ

こんな症状を招いているのは、もしかしたらお手入れが不十分な加湿器かもしれません。

原因は、加湿器内で繁殖したカビや細菌。水蒸気に混じって部屋に広がり、吸い込むことで発症します。

せつかくのウイルス対策が別の病気を引き起こしてしまっは大変です。加湿器は、説明書にそって正しくメンテナンスしましょう。

- タンクの水は毎日とりかえる
- 定期的にフィルターを掃除する



体を温める食べ物は何がいい？

食べものには体を温めるものと、冷やすものがあります。この中の温めるものはどれでしょう？



見わけのコツは...

- 土の中にできる
- 発酵している
- 色が濃い

にんじん	れんこん	キャベツ	トマト	みそ	かぼちゃ	なす
しょうが	きゅうり	かぼちゃ	ねぎ	バナナ	にら	なつとう



今月のおやつ「栗入りぜんざい」

- 材料
- あずき 60g
 - 砂糖 30g
 - 塩 1g
 - 白玉粉 60g
 - 絹豆腐 60g
 - 栗の甘露煮 40g

- 小豆を水洗いし、たっぷりの水で火にかける。
- 1~2回ゆでこぼし、あずきが柔らかくなるまで炊く。
- あずきが柔らかくなったら、砂糖を入れる。
- 白玉粉と豆腐を合わせて耳たぶくらいの硬さに練る。
- ④を丸めたたっぷりのお湯で5分程度ゆでる。
- 白玉団子とぜんざい、栗の甘露煮を合わせて出来上がり！！