



12月号 中妻子供の家 子育て支援センターだより

令和3年12月1日発行 No.120

〒026-0034
釜石市中妻町1-13-22
中妻子供の家保育園内
中妻子供の家子育て支援センター
TEL/FAX
0193-23-5552
担当 佐々

街並みはクリスマスの装飾できれいですね。そろそろ、親子でサンタさんをお願いをするプレゼントを真剣に考えていることでしょうか。素敵なプレゼントが届くといいですね。

県内でのコロナウイルス感染状況も落ち着き、支援センターの利用条件も緩和されました。今月より、サークル活動を再開します！これまでご家庭で過ごしていたお友だちやお母さんたちも、みなさんでたくさん楽しみましょうね♪

今年も残り一カ月、健康管理に気を配りながら、年末までご家族で楽しくお過ごし下さいね。

☆みんなのひろば ご案内☆



1月「ヨガ」

子育て中のお母さん、毎日の家事や育児お疲れ様です。自分へのご褒美に、ゆったりと音楽に合わせてヨガを楽しみませんか？講師に、阿部直美先生をお招きします。心も体もリフレッシュしましょうね♡

日 時：1月12日（水）
11：00～（受付10：30～）

場 所：保育園ホール

講 師：インストラクター 阿部 直美先生

対 象：保護者 5名

持ち物：ヨガマットまたはバスタオル
汗拭きタオル・水分補給の飲み物

服 装：ゆったりとした服装
はだし、又は、五本指ソックス

☆ お子さんは、センターにて託児します。



2月「栄養士のお話」

保育園栄養士によるお話を聞いてみませんか？離乳食や乳幼児期のバランスの良い食事についてなど、お気軽におしゃべりしてみましょう。

日 時：2月9日（水）
11：00～
（受付10：30～）

場 所：支援センター

講 師：保育園栄養士 神保 直子

対 象：3カ月以上のお子さん
とその保護者 5組程度



申し込み方法

支援センター利用の際、または電話でも受け付けています。
（支援センターTEL 23-5552 担当 佐々・飛内まで）

☆センター利用方法について

1. 今年度初めて利用する方は、子育て支援センターにて、申請書に記入します。

（予約後、利用日当日でも記入できます。）

※利用条件への同意が必要となります。予約時に利用条件等について説明します。

※捺印して頂きますので、印鑑をお持ち下さい。

2. 利用日の予約をします。

（支援センター☎23-5552）

予約受付時間 平日 9：30～16：00

※利用日当日でも予約できます。

3. 利用当日は、家庭での検温をお願いします。

（センター利用前にも検温、体調の確認を行います。）

※大人の方は、必ずマスクを着用して下さい。

☆「3密」を避ける為に1日5組までの受付で対応しております。

ご不便とご迷惑をおかけしますが、皆さんが安全に楽しく過ごせるよう、ご理解・ご協力をよろしくお願い致します。



☆今月の予定☆



- 2日（木） 園行事のため、午前中お休み
- 9日（木） 園行事と園内研修のため、全日お休み
- 13日（月） 職員会議のため、午後お休み
- 15日（水） 職員会議のため、午後お休み
- 17日（金） 園行事準備のため、午後お休み
- 18日（土） 園行事のため、全日お休み
- 21日（火） 園内研修のため、午後お休み
- 22日（水） のびのび・びよんびよん合同サークル
1・2歳児合同サークル（クリスマス会）
- 27日（月）～1月4日（火） 年末年始のため、お休み
☆午前中は9時30分～12時まで、午後は13時～15時30分まで利用できます。

☆1月の予定☆

- 12日（水） みんなのひろば ママ講座（ヨガ）
 - 19日（水） びよんびよん・のびのび合同サークル
1・2歳児合同サークル（作って遊ぼう♪）
- ☆今年度のサークル回数が少ないため、1、2、3月のサークルは、1・2歳児合同サークルとし、毎月行いますので、サークルに申し込みしたお友だちは、集まって下さいね♡
☆新型コロナウイルスの感染状況により、中止となる場合があります。





12月号 中妻子供の家 子育て支援センターだより No.2



「つくろうコ～ナ～」であそぼう♪



11月の製作では、「もこもこひつじさん」を作りました。お花紙をクシュクシュ丸めてひつじさんの毛を貼ってかわいいひつじさんができました。

12月は、「クリスマスリース」を作りますよ☆みんなで、クリスマスを楽しみに、一緒に作って遊びましょうね。



☆11月の紹介☆

～みんなのひろば「ふれあい遊び」～

わらべうたや手遊びをしたり、お母さんと一緒にふれあい遊びをして楽しみました。音楽に合わせて、元気にジャンプしていましたよ♪



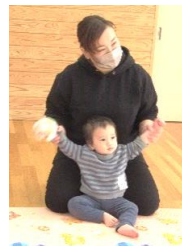
お母さんと一緒に楽しんだね～♪



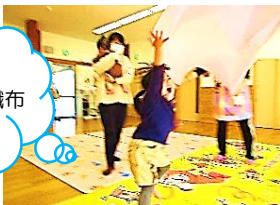
歌に合わせて、踊ったよ♪



楽しかったね♡また遊ぼうね!



それ～♪ふわふわの不織布で遊んだよ!



気軽に食べられる みかんの魅力



みかんは、手で皮をむくだけで、手軽に食べられる果物です。皮をむく動きは、引っ張ったりちぎったりと指先の運動にもなり、「自分でむけた!」という成功体験にもつながります。

また、ミカンに含まれるビタミンCは、かぜ予防に、食物繊維は便秘への効果も期待されますよ。ミカンのおいしい季節となりますので、この機会にぜひ召し上がってみて下さいね。



☆「大晦日」☆



「晦日」はもともと「三十」と書き、月末日を意味していました。12月31日は1年の最後の月の最後の日なので、「大」がつけられました。1年を締めくくり、新年を迎える最も重要な節目の日なので、様々な習わしがあります。

その一つが、「年越しそば」です。そのそばを食べ、細く長く生きられるようにとの願いを込めたという説、金銀細工の食人がそば粉団子を使って金粉を集めたことから、深淵の金運を願うという説があります。

今年一年、コロナ禍の中、ご家族が健康で過ごせたことを喜び合いながら、大晦日を楽しくお過ごし下さいね。



楽しくテーブルを 囲みましょう♪

食事は、家族や友達など、周りの人と「一緒に食べたい」と思えるような環境作りが大切です。誰かと一緒に準備をして食べる、一緒に食事の時間を楽しむ、という経験が積み重ねられるといいですね。バランスのよい食事や、残さず食べること、食事のマナーなどは、どれも人と共に食べる関係から育つものです。その関係の中で、周りの人に対する感情や信頼の心が、育っていくことでしょう。

(ポット 2020年10月号 参考図書)

