

十和田めぐみ保育園では、園の機能を地域に役立てるために、保育所地域子育て支援センター事業を実施しています。お子さんをお持ちの出会いの場と交流の場として活動しています。育児の不安や悩みを相談し合ったり、リフレッシュできるような活動も盛り入れています。また、育児や家事の知恵やアドバイスも行っておりますので、是非ご利用下さい。

# 10月 エンゼルだより

令和4年10月1日  
 社会福祉法人三徳会十和田めぐみ保育園  
 子育て支援センターエンゼル  
 センター長

各地のお祭りなどが3年ぶりに開催され、子ども達も心躍らせる機会が戻ってきて嬉しい雰囲気です。様々な体験を通して、憧れたり、ドキドキしたり、まねたりして、楽しい秋にしていきたいです。

エンゼルでは、10月29日に「子育て支援フェスタ」というイベントを行います。地域の子育て支援について考える1部と、エンゼルアートスクールの取り組みなどを発表する2部の構成で行います。十和田市内外の支援センターや遊びの場にお邪魔し、取材させていただきます。子育て支援について活発でかつ、地域の子供達の幸せのための「子育て支援」でありたいという願いで行いますので、是非、ご興味のある方は、ご参加頂けると嬉しいです。

エンゼルでは、感染症の感染対策のため、引き続き飲食を控えて活動をします。過ごしやすい秋、おでかけの活動もたくさん計画しております。どうぞご参加ください。

## 9の活動の様子

### ○カード作り

敬老の日を前に、おじいさんおばあさんにお渡しするカードを作りました。子ども達の足形を仕立てて可愛いタヌキにしました。お孫さんの可愛い足形のカードを喜んでいただけると嬉しいです。

### ○等身大お絵かきに挑戦！

お子さんの写真に透明セロファン越しにお絵かきしました。テーマは色々。将来の職業やハーフバースデーをテーマにしたものなど創意工夫が素敵でした。お母さん方の思いや、愛が伝わってくる作品になりましたよ。

### ○お習字講座

育児講座として岡部あゆみ先生をお招きし「お習字講座」を行いました。筆でお子さんの名前を書く手ほどきを受けました。お母さん方は、「あまり日頃感じない緊張感があって新鮮でした。」とおっしゃっていました。墨のにおいを感じながら、落ち着いて筆を動かす機会は、日頃のバタバタさとは一味違う時間だったようです。お名前を色紙に書いて、お持ち帰りいただきました。願いのこもったお名前が一層素敵に見える機会でした。



### 相談コーナー

#### 「肌寒いときの服装。どうすればいいですか？」

段々朝晩肌寒くなってきています。お母さん方から、この時期の衣服の選び方についてご相談いただくことが多いです。

#### ① 暑かったり寒かったりする(“”-)

朝は寒くて、日中は結構暑くなったりする秋口は、カーディガンやベストなどで調節できるようにすると良いですよ。

#### ② 秋冬用を買ってあげたいけど...(°Д°)

「寒くないように！」と思うと、選びがちなのが「裏起毛」のもの。実は、ポリエステル素材のものが多く、汗を吸収しないのでおすすめしません。また、肌の弱いお子さんは、肌着シャツについても「綿100%」のものがいいでしょう。「寒さ対策」を重視するために、新しく購入するのであれば、服の中の暖かい空気を逃がさないように、襟がついていたり、スタンドネックで首元が開かないものをおすすめです。

そして、子どもの場合は、寒いと思っても意外と動き回って汗をかくことも多いので、重ね着をして、脱ぐことで調節できる方が、肌にも良いし、快適です！

### 「子育て支援フェスタ」を開催します。

令和4年10月29日(土)

14:00~16:00

場所:市民文化センター 生涯学習ホール

【第1部】 子育て支援について考えよう

【第2部】 エンゼルアートスクール発表会

地域の子育てについて考える機会にして頂きたいです。

ぜひ子育てにご興味のある方の参加をお持ちしております。

アンケートの回答も募集中です。

参加申し込み  
 フォーム→



# ～参加申し込み方法～

お子様の発達に合わせてサークルにご参加いただけます。2日前までのご予約をお願いいたします。

\*月曜日・水曜日は【生後～1歳3ヶ月くらい】・・・**ひよこサークル**  
\*火曜日・金曜日は【1歳3か月～3歳くらい】・・・**かなりやサークル**

※キャンセルの場合もお手数ですがご連絡下さいますようお願いいたします。

★育児講座やおでかけエンゼルの時には、ひよこ・かなりやに関わらず、ご参加頂けます。

★ご予約・ご質問は、0176-25-5808（スタジオエンゼル）まで。

## 10月の予定

\*ひよこ・かなりやサークルは9時ぐらいからのスタートです。  
\*育児講座・地域交流・土曜日の活動については各案内をご確認下さい。  
\*飲食がまだ解除になっていないので、利用料は無料です。

月	火	水	木	金	土
					1 おとうさん エンゼル ※めぐみ保育園 へ行く
3 (ひよこ) 栄養士に 聞こう	4 (かなりや) ハロウィン アート	5 (ひよこ) ハロウィン アート	6 (お出かけ) お馬となかよし	7 (お出かけ) バスに乗ろう！	8 開放日
10 スポーツの日	11 (育児講座) リフレッシュ バレエ	12 (ひよこ) 絵の具で遊ぼう	13 (お出かけ) リンゴ狩り	14 (かなりや) 絵の具で遊ぼう	15 のぞみカフェ
17 (ひよこ) 身体測定	18 (かなりや) 身体測定	19 (ひよこ) エンゼル写真館	20 (育児講座) 親子ヨガ	21 (お出かけ) とわ散歩	22 開放日
24 (ひよこ) 誕生会	25 (かなりや) 誕生会	26 (ひよこ) トリックオアト リート	27 (育児講座) 親子でダンス	28 (かなりや) トリックオアト リート	29 子育て支援 フェスタ
31 (ひよこ) また栄養士に 聞こう					

### ☆マタニティエンゼルのご案内☆

赤ちゃんが産まれてくるのがとっても楽しみ！先輩ママたちにお話を聞いてみませんか！

★ひよこサークルの活動の日にご参加頂けます。お電話お待ちしております。沐浴体験などのご要望もお伝えください。

今月は10月17日(月)です。

### ～育児講座のご案内～

#### ◆リフレッシュバレエ

日時：10/11(火)

10:00～11:00

バレエのポーズを取り入れたエクササイズで身体のゆがみを改善できます。

○講師：服部明子 先生

○対象：親子7組まで

○持ち物：汗拭きタオル 動きやすい服装

#### ◆親子ヨガ講習会

日時：10/20(木)

9:30～10:30

親子で楽しみながらヨガで身体をほぐしましょう！

○講師：新山奈穂 先生

○対象：親子7組まで

○持ち物：汗拭きタオル、ヨガマット

動きやすい服装

#### ◆親子でダンスDAY

日時：10/27(木)

10:00～11:00

親子で思い切りリズムに乗って体を動かしましょう。

○講師：川村理子 先生

○対象：親子7組まで

○持ち物：汗拭きタオル 動きやすい服装

### ◆のぞみカフェのご案内

「先輩お母さんから聞こう!②」

・日時：10月15日(土) 10:00～12:00

・場所：子育て支援センターエンゼル

・対象：教育支援委員会の検査を受けているお子さんの親御さん  
教育支援委員会の検査を予定しているお子さんの親御さん  
その他、お子さんの発達に心配がある親御さん など

### ☆おとうさんエンゼル「めぐみ保育園で遊ぼう」です。

<日時>10月1日(土) 10:00～11:00

<対象>0～3歳くらいのお子さんとお父さん

★スタッフもサポートします！見学がてら、保育園であそんでみませんか？お母さんの参加もOKです。

★申し込みは2日前まで。★感染症拡大の観点から中止になることもありま

### ◆電話相談・面接相談

日頃子育ての事で悩んだり困ったりしていることはありませんか？誰かに話すと気持ちが楽になることもあります。気軽にお話して下さいね！（事前に予約が必要ですので、お電話ください。）

☆スタジオエンゼル TEL25-5808

☆十和田めぐみ保育園 TEL22-0141



エンゼルだよりは、子育て支援センターエンゼルホームページでも見ることができます。日程の確認など、ぜひご利用ください。

また、エンゼルの動画をアップしています。YouTubeからも見ることができるのでぜひご覧になってみてくださいね♪

### ～お知らせ～

- ・各自で水分補給できるようにご準備ください。
- ・体調不良の方はご利用できません。ご了承ください。

### ～おでかけエンゼル～

#### ◆お馬となかよし(乗馬体験)

日時：10/6(木) 10:00～11:00 10/20(木) 10:00～11:00

○場所：十和田乗馬倶楽部

○対象：親子5組まで

※現地集合 ※雨天中止

#### ◆バスに乗ろう！

日時：10/7(金) 市街地循環バスに乗ってみよう！

○9:30 トワーレ集合 10:30 解散です。

○9:53 十和田市中央(駅そば前) 発～10:24 十和田市中央(駅そば前) 着の日程です。

その後、トワーレで遊んで帰るものOK

※運賃100円は、参加される方にご負担いただきます。

#### ◆リンゴ狩り

日時：10/13(木) 10:00～11:00

三本木農業高校でリンゴ狩りをしよう！

○場所：三本木農業高校

○対象：7組

※現地集合

※雨天中止

#### ◆とわ散歩

日時：10/21(金) 10:00～11:00

○十和田市内のアートなどに触れながらお散歩をしましょう。