

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あったり、リフレッシュできるような活動も取り入れています。また、育児や家事の知恵やアドバイスもしておりますので、是非ご利用下さい。

10月

エンゼルだより

令和5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

秋祭りが済み、風がだんだん涼しく思える日が多くなってきました。だんだんと秋が深まる、田んぼの稲の穂が垂れている様子、トンボが飛んでいる様子、澄んだ空、雲の感じ。親御さんが子どもたちと一緒に散歩しながら、指を指して親子で一緒に感じる事ができたらいいなあと思います。こんなに四季がハッキリとしている季節の風景、食べ物、生活などは日本の文化です。小さい頃から母国の文化に愛着を持ち過ごさせてあげたいなあと思います。気持ちのいい秋にさまざまな経験をさせてあげられたらと思います。

言うことで、10月のエンゼルの活動は、お出掛けが多めになっています。ぜひ、ご利用ください。1人では控えていたようなところでも、職員がサポートしますよ。

9月の活動の様子

○キッズパークにお邪魔しました！

元松陽小学校がキッズパークとして開放されている情報を受け、エンゼルでは早速、遊びに出かけてみました！赤ちゃんが安心して遊べるようなスペースもあり、食事ができるように小さなテーブルも用意されていて、素晴らしい場所でした。いつもは日祝日に開放されているようです。

小学生までの子どもが集う十和田の新たなスポットです。まだよちよち歩きだったり、ハイハイのエンゼルの子どもたちも貸切させて頂き、安全に遊ぶ事ができました！

青年会議所様。ありがとうございました。また、10月19日にお邪魔することになっています。宜しくお願いします。

○とわ散歩しました。

官庁街通りを中心にお散歩をしました。スタンプラリー形式で、カードの中の写真のポイントを探す！という活動です。昨年も同じような活動を行いました。当時1歳だったお友達も「これは、これだねえ」「同じだねえ」とよく理解して取り組んでいる様子に成長を感じました。

お散歩が楽しくなる活動をご提案できたと思っています。



～相談コーナー～「野菜を食べません。」「果物を食べません。」

離乳食に関する悩みや、偏食に関する悩みはお母さんにたくさんあります。悩んでいないお母さんは居ないくらいです。その中で、今日は偏食について取り上げたいと思います。

まだ、赤ちゃんの頃は味覚が敏感なこともあります。頑張って食べさせようとして、「食べられないもの」嫌な味に慣れ、食べられるようになるのでしょうか？親心としては、いろいろな味や食感を体験してもらいたいのので、「食わず嫌い」は、少し「食べてごらん」と押したい気持ちになりますね。食べてくれたら嬉しいですね。でも、どうしても苦手な味、食感、におい、が誰でもあるものです。あまり押しすぎずに、そっと見守ってあげる方がいいかもしれません。お母さんお父さんが、美味しそうに、楽しく食べる様子を見せてあげることが大切かも知れません。

お野菜を食べないので、細かくして好きな物に混ぜてしまうと、好きな物も警戒して食べなくなってしまうようなこともあります。食物繊維、カロテンなど野菜で摂れると期待出来る栄養素が不足するように思うので心配ですが、食べられるもので摂れるといいと思います。優先的に摂った方がいい栄養素はタンパク質です。何も食べないとお悩みでしたら、お豆腐や納豆の豆製品、お肉、魚などを優先的に食べると良いですよ。

それでも、便秘などでお悩みでしたら、園の人気メニュー「ゴボウスナック」をおすすめします。レシピは次号！！

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。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よろしくお願いいたします。

10月の予定

* ひよこ・かなりやサークルは**9時くらい**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。
* 利用料は無料です。

月	火	水	木	金	土
2 (ひよこ) 寒天で 遊ぼう	3 (かなりや) 寒天で遊ぼう	4 (おでかけ) 八甲公園に 行こう	5 (おでかけ) 駒っこランド に行こう	6 (かなりや) 絵の具で 遊ぼう	7 開放日
9 スポーツの日	10 (かなりや) リフレッシュ バレエ	11 (ひよこ) 絵の具で 遊ぼう	12 (おでかけ) リンゴもぎ 体験 (三農へ)	13 (かなりや) 筋膜リリース	14 子育て支援 フェスタ
16	17 秋のマーケット	18	19 (おでかけ) キッズパーク	20 (かなりや) 身体測定	21 のぞみ カフェ
23 (ひよこ・か なりや) お誕生会	24 (育児講座) 筋膜リリース	25 (ひよこ) 身体測定	26 (育児講座) 親子ヨガ	27 (育児講座) 親子で体操	28 ツインズの 会
30 (ひよこ) トリックオア トリート	31 (かなりや) トリックオア トリート				

ご予約・ご質問は、0176-25-0441（スタジオエンゼル）まで。

◆のぞみカフェのご案内

- ・日時:10月21日(土)10:00～12:00
- ・場所:子育て支援センターエンゼル
- ・対象:お子さんの発達に心配がある親御さん
- ・内容:情報交換してみませんか?おしゃべりしましょう。

◆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?誰かに話す気持ちが楽になることもあります。気軽に話して下さいね!

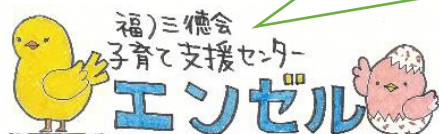
(事前に予約が必要ですので、お電話ください。)

☆スタジオエンゼル Tel25-0441

☆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、ぜひ活用ください。

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♪



～おでかけのご案内～

- ◆八甲公園 10月4日(エンゼル集合)
- ◆駒っこランド 10月5日(現地集合)

◆キッズパークで遊ぼう

旧松陽小学校の体育館にできたキッズパークに行ってみよう!

・日時:10月19日(木)10:00～12:00

・場所:旧松陽小学校 体育館(現地集合)

〒034-0105

十和田市大字八斗沢字砂土路 14 番



・持ち物:飲み物、着替えなど
※お弁当を食べられるスペースもあります。

◆リンゴもぎ体験

三本木農業恵拓高校に行ってみよう!

・日時:10月12日(木)10:00～12:00

・雨天は中止と致します。

・現地集合です。

・リンゴの収穫のため 200 円ほどご負担頂きます。

～育児講座のご案内～

◆リフレッシュ筋膜リリース

フォームローラーを使って行います。お貸し出しできます。

○日時:10月13日(金)

10:00～11:00

10月24日(火)

10:00～11:00

○講師:とわだこどもスポーツ教室

○対象:親子10組まで

○持ち物:汗拭きタオル、水分

動きやすい服装

◆親子で体操

○日時:10月27日(金)

10:00～11:00

○講師:とわだこどもスポーツ教室

○対象:1歳半以上の親子10組まで

○持ち物:汗拭きタオル、水分

動きやすい服装

◆リフレッシュバレエ

○日時:10月10日(火)

10:00～11:00

○講師:服部明子先生

○対象:1歳半以上の親子10組まで

○持ち物:汗拭きタオル、水分

動きやすい服装

◆親子ヨガ講習会

○日時:10月26日(木)

10:00～11:00

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、水分

ヨガマット

動きやすい服装

◆開放日～遊びの場～

○日時:10月7日(土)

お父さんもぜひ遊びに来て下さい。遊びの設定をたくさんご用意しています!

◆子育て支援フェスタ

○日時:10月14日(土)15:00～16:00

今年は「習い事」に注目してみました。アートの発表会や発表会もあります。ぜひ、みに来てね!

◆秋のマーケット

○日時:10月16日(月)～18日(水)

出品者募集しています!

期間中の午前中は、自由にお店を見たり、遊びに来たりしても O.K.です!ぜひ、ご参加下さい。

～エンゼルからのお知らせ～

○エンゼルでは「活動の出前」を行って居ます。例えば、なかなかお家から出られない親子に向けてクラフトのキットなどをお届けします。その他訪問してのサポートなどについてもご相談ください。

子育て支援センターエンゼル

〒034-0083

十和田市西三番町 22-8

電話:0176-25-0441