

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。是非ご利用下さい。

# 3月 エンゼルだより

令和6年3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

春らしい陽気が続いています。エンゼルに遊びに来ているお母さん方は、4月復帰の方も多いため、だんだんと準備をされているようです。復帰について「緊張する!」「大丈夫かな」などと口にされるお母さんも多いです。

入園する園が決まったら、園に相談したり助けを求めたりしてみましょ。また、復帰前に「もしも」のためのサポートを利用する準備をする必要もあります。ファミリーサポートセンターや病児保育などの登録をしておくで安心します。お手伝いになるように、「ファミリーサポートセンターの支援会員さんと遊ぼう」を企画しています。エンゼルで遊びながら、登録もできますよ。春からの新生活に向けての準備。応援しています!

## 2月の活動の様子

### ●豆まきをしました!

節分の豆まきをしました。伝統の習わしですが、たくさん怖い思いをさせてしまいました。ごめんなさい。

桃太郎のスチューム、鬼のコスチュームなど、お母さん方の力の入れようもステキでした。子どもたちは、豆(ボールで戦いました。)を一つも投げられずに終わってしまいました。無事に鬼は降参して、事なきを得ました。

### ●「支援会員さんと遊ぼう!」

を行いました。

ファミリーサポートセンターで子どもを預かる支援会員さんと触れあう日を設けてみました。

顔見知りになると、利用も検討しやすいですね。優しい支援会員さん方にお母さん方も、赤ちゃんたちも安心できた日でした。



## ～相談コーナー～

### 離乳食は園に入る前にどう進めると良いですか?

保育園に入るのが、1歳過ぎのお子さんが多いので、まだ食べていない食材があるのは良くないかも知れないと、悩まれている方も多いと思います。上手く進まなかったり、アレルギー反応があるかも知れないと心配したりと難しいですね。

まずは、入園することになりそうな園に聞いてみることをおすすめします。1歳前後のお子さんを保育するときに、「園で初めて食べる食材」が給食として出されることのないようにご家庭と連携して給食をお出している園が多いようです。ですから、事前に食べておいた方がよい食材などを聞いておくで良いでしょう。また、万が一アレルギー反応のある食材がある場合には、医師の指示の下、給食を提供することになるので、かかりつけのお医者様に「生活管理指導表」という書類をもらう必要があります。

食材の種類だけではなく、1歳～1歳半くらいには幼児食の硬さ、形状で食べられるようになると良いでしょう。(「授乳・離乳の支援ガイド」2019.3参照) 離乳食は、だんだんと形状を大人に近づけていきます。モグモグが上手ではないときには、ドキドキしているお母さんも多いですが、赤ちゃんの前でお母さんがモグモグして見せたりすると良いと言われています。なかなか食べ進まなかったり、すごく食べたり、一喜一憂しがちですが、楽しく少しずつ大人に近づけていく感覚で進めて行くようにしましょう。

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お願いいたします。

**3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。  
\*利用料は無料です。

月	火	水	木	金	土
					
				1 (かなりや) ひな人形作り	2 ツインズの会
4 (育児講座) リフレッシュ 筋膜リリース	5 支援会員さんと 遊ぼう!	6 (おでかけ) 図書館に 行こう	7 スプリング マーケット	8	9
11 (育児講座) リフレッシュ 筋膜リリース	12 (かなりや) 身体測定	13 (ひよこ) 身体測定	14 (育児講座) 親子ヨガ	15 (おでかけ) 消防署に 行こう	16 開放日
18 (ひよこ ・かなりや) お誕生会	19 (かなりや) 絵の具で 遊ぼう	20 春分の日	21 (おでかけ) 路線バスを 利用しよう	22 (育児講座) 親子で体操	23 開放日
25 開放日	26 イオンで活動	27 開放日	28	29	30

**ご予約・ご質問は、0176-25-0441 (スタジオエンゼル) まで。**

**◆ツインズの会のご案内**

- ・日時 : 3月2日(土)10:00~12:00
- ・場所:子育て支援センターエンゼル
- ・対象:双子のお子さんとお親御さんの会です
- ・内容:情報交換してみませんか?おしゃべりしましょう。

**◆開放日～遊びの場～**

- 日時:3月16日、23日、25日、27日～30日
- 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!

**◆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 Tel25-0441  
☆十和田めぐみ保育園 Tel22-0141

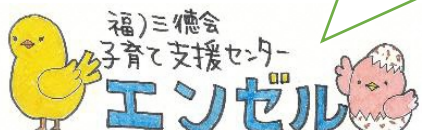
**◆スプリングマーケット**

- ・日時:3月7日(木)～9(土) 10:00～14:00 ※9日は12:30まで
- フリマを開催します!期間中はご予約無しでどうぞ。アクセサリーなどのワークショップも予定しています。ぜひ、お立ち寄り下さい。キッチンカー『ホットチョット』さんがエンゼル駐車場に来てくれます!エンゼル室内に飲食できるスペースもありますのでご利用下さいね!
- ★出店者募集中です。ハンドメイドの物、小さくなったお洋服、おもちゃ、絵本など出店する方はお知らせ下さい。詳しくはエンゼルにお問い合わせください。



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♪



**◆イオン**

スーパーセンター十和田  
で身体測定をします!

- 日時:3月26日(火)  
10:30～11:30
- イオンスーパーセンター十和田の遊具コーナーで出張エンゼルを開催します。
- エンゼルの活動の紹介という事で、毎月やっている身長体重測定を行います。
- ぜひ、遊びに来てね。

**◆お出かけエンゼル!**

**◆図書館に行こう**

- 日時:3月6日(水) 10:00～11:00
- 市民図書館の児童書コーナーに行ってみましょう!

**※現地集合**

**◆路線バスを利用しよう!**

- 日時:3月21日(木)  
10:00～11:00 くらい
- ※詳細はのちほど
- ・十和田市の巡回バスを利用してみましょう。
- ・引率の大人はマイナンバーカードを提示すると無料になります。(無い方は運賃100円です。幼児は無料) ご持参下さい。

**～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:3月4日(月)  
10:00～11:00
- 3月11日(月)  
10:00～11:00

- 講師:とわだこどもスポーツ教室
- 対象:親子9組まで
- 持ち物:汗拭きタオル、水分補給するもの、動きやすい服装

**◆親子で体操**

- 日時:3月22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、水分補給するもの、動きやすい服装

**◆親子ヨガ講習会**

- 日時:3月14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、水分補給するもの、動きやすい服装

**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

**～エンゼルからのお知らせ～**

- 開放日ご利用については、普段の活動と同様、ご予約下さい。
- YouTubeの発信をしております。YouTubeなどでお顔を出したくない等のご要望があれば、お声掛け下さい。