



子育てニュース 11月号

みつまた子育て支援センター

11月の講座の様子だよ!



H29.11.3 おやこ秋まつり ※地域のお友達の共同製作※



2.3 歳児→ふくろう
0.1 歳児→きのこ
を作りました!
～お知らせ～
作品はお持ち帰りとなり
ますので、来館時に職員
に声を掛けてくださいね
♪



H29.11.10 芋煮会
白菜にこんにゃく、油揚げなどお野菜を
ちぎちぎしてお鍋にいれました。あつたか
い芋煮で体もポカポカになりました♪



H29.11.9 親子で楽しもう0.1 歳児
ママに抱っこで園庭散歩をしました! 風
が強く、短時間でしたがきれいに色づいた
紅葉を見ながら楽しくお散歩できました。
イチョウをバックに1枚パシャリ♪
「はい! チーズ♪」



H29.11.21
親子で楽しもう2.3 歳児
風も弱く、穏やかな天気
の中で園庭散歩を行いま
した。誘導ロープにしっ
かりつかまって一生懸命
歩いていたお友達!!
お日様広場の汽車の遊
具がお気に入りのようで
した☆



バザーすくっ子
いつものすくっ子とは
一味ちがうバザーすく
っ子!! ピアノに合わ
せて歌を歌ったり、パネ
ルシアターも行いまし
た。
もちろん!! アンパン
マン達も遊びに来てく
れましたよ♪

- ＜今月の予定＞
- メリークリスマス
- | | | |
|---|--------|-------|
| 1 | メリーメリー | クリスマス |
| 2 | メリーメリー | クリスマス |
- おへやをかざって
うれしいな
たのしい
たのしい
クリスマス
- メリーメリー
メリーメリー
メリーメリー
メリーメリー
- クリスマス
クリスマス
クリスマス
クリスマス
- たのしい
たのしい
たのしい
たのしい
- クリスマス
クリスマス
クリスマス
クリスマス



＜おすすめ絵本＞♪児童館にある絵本の紹介です♪



季節の絵本
「おおいツリー
ちいさいツリー」
大日本図書

お屋敷に届けられた大きなクリスマスツリー! そんな
クリスマスのツリーを、見つけた人や動物たちの
特別なクリスマスになっていく様子はま
るで魔法のようです。
クリスマスを待ちながら親子で楽しく読み
たい1冊になっています。
ぜひ読んでみてください。



＜食育＞ ☆ほうれん草☆

「緑黄色野菜の代表格!!」

ほうれん草は今が旬の食材です。
ほうれん草には、たくさんの鉄分とその吸収を高めるビタミンCが豊富に含
まれています。鉄は血を補ってくれるので、貧血に効果的です。また腸の働きをよくしてくれる
食物繊維豊富なため便秘にも効果的ですよ!!

◎!! 「ほうれん草の磯煮」

材料 ・ほうれん草 10g ・人参 5g ・のり 0.1g ・本だし 0.1g ・塩 0.1g

- 作り方
- 1) ほうれん草を1度茹でて、アクをとる。
 - 2) 茹でたほうれん草と人参をみじん切りにする。
 - 3) 鍋に②とりのり、少量の水を入れて煮る。
 - 4) 本だしと塩で味付けをして出来上がり!!



＜健康＞ 「冬のかぜ」

◎RS ウィルス感染症

潜伏期間は4～6日。

咳・鼻水・気管支炎・肺炎などの重症化になることもあります。2歳
くらいまでにほぼ全員がかかるといわれています。解熱薬や去痰薬などで症状を和らげて
治るのを待ちます。安静に保ち、脱水に注意し、水分補給はしっかりと取りましょう。水分や
ミルク・母乳の飲みが悪かったり、咳がひどく顔色が悪い、呼吸状態がよくない…などの場合は至急
再受診をしてください。

◎溶連菌感染症

潜伏期間は2～5日。

突然の高熱とともにのどの痛み・細かい発疹・舌に赤いブツブツ(いちご舌)
などが見られます。抗菌薬を使用します。腎炎などの合併症を引き起こす可能性もあ
ります。熱が下がってから4週間後に再度受診し、異常がないか調べる必要がありま
す。腎炎の初期は症状がないため放っておくと慢性化する危険があります。



H29.11.16 焼き芋を焼こう
畑で収穫したさつまいもを新聞紙でくる
くる巻いたき火にポイ!!
ホクホクの焼き芋が出来ました♪



H29.11.17 出前児童館みつまたす
くっ子(三保コミュニティセンター)
楽器あそびをしました!
音楽に合わせてカスタネット・鈴・タ
ンバリンをたたいてみんなで大合奏
♪その他にも色々な楽器に触れま
した。触れ合いあそびや体操で元気
いっぱい体も動かしました!

