

こづめ
こづこづ

鯉ヶ沢町子育て支援センター
「こづめちゃんルーム」

社会福祉法人みちのく会
幼保連携型認定こども園舞戸保育所
舞戸町字下富田29番地7
☎:0173-72-2277
☎:080-7730-4263
子育て支援担当:保育教諭
佐藤 彩花(さとう あやか)



水遊びが気持ちいい季節ですね。今月の手作り玩具製作では夏にぴったりの涼しく、見て楽しめる玩具を製作しようと思っています。製作以外にも、お天気の良い日はさまざまな感触遊びや水遊びを体験させたいと考えているので、お着替えを持ってぜひ遊びに来てください♪

土日祝日は基本お休みとなりますが、月一回、土曜日に園舎と園庭を開放します。
カレンダーの緑色の日がこづめちゃんルームの活動日(こづめっこくらぶ)となりますのでぜひ遊びに来てくださいね♪

※感染症の流行や園での行事等のため中止・変更とさせていただきますことありますので
LINE 公式アカウントやお電話でのご確認をお願いします。

8月の予定						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		
		紙芝居		出張支援		

- ★4日(金) 手作り玩具製作 ペットボトルを使って手作り玩具を製作します。製作に必要なものはこちらで用意してあります。
- ★12日(土) 開放日(8:30~15:00) 月一回、土曜日に園舎と園庭を開放します。
- ★18日(金) 身体測定
お子さんの身長と体重を測りませんか?もし、その日に行けない...という場合はお気軽に声をかけていただければ来ていただいた日にも測定できます♪手形・足形アート製作も行うので汚れても大丈夫な服装でお願いします。製作に必要なものはこちらで用意してあります。
- ★25日(金) 読書 DAY(10:00~11:30)
お天気のよい日は拠点館の周辺をお散歩しませんか?まだ歩けないお子さんはベビーカーか抱っこ紐を持参でお願いします。
場所は日本海拠点館2階図書館に集合となります。借りた本を入れる袋をお持ちください。
- ★29日(火) 紙芝居読み聞かせ(9:00~)
鯉ヶ沢町の能登谷 登さんが紙芝居を披露しに来てくれます。色々な紙芝居が見られて楽しいですよ♪
- ★31日(木) 出張子育て支援(午後の部)
午後の部、13:00から鯉ヶ沢町中央公民館の一階講習室で出張子育て支援を行っています。公民館の方が近くてお越しになりやすい方はぜひ遊びに来てください♡

8月7日は
鼻の日

めん料理は
具たくさんにしよう

めんだけでは、たんぱく質やビタミンなどが不足して、栄養のバランスが偏りがちです。うどんやラーメン、そうめん、焼きそばなどのめん料理には、肉や野菜、きのこなどを加えて具たくさんにして、栄養バランスがととのうようにしましょう。

鼻はおいをかくだけでなく、いろいろな働きをします。

呼吸をする

鼻の中に入った空気は温められ、鼻毛で汚れをきれいにしてから肺に送り込まれます。

においをかく

においをかいで、危険から身を守ります。

声の音色を出す

鼻がすっきり通っていると、声がきれいに響きます。



7つのこ食

1人で食べることを孤食といいますが、そのほかにも避けてほしい「こ食」があります。

孤食

1人で食べること



小食

ダイエットのために必要以上に食事を制限すること



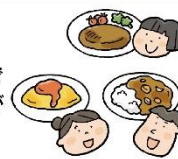
固食

同じものばかり食べること



個食

複数で食卓を囲んでいても食べるものがそれぞれ違うこと



濃食

濃い味つけのものばかり食べること



子食

子どもだけで食べる



粉食

パン、めん類などの粉からつくられたものばかり食べること



手足口病に注意しましょう

症状

発熱することもある

手のひら、足の裏、口の中、おしりに、赤い発しんがある



下痢をすることもある

夏に流行することが多い病気。感染力が強いので何度もかかる可能性があります。

口の中の水ぼうが痛むときは、プリンや野菜スープなどのどしめのよいものを。



治った後も、2~4週間くらいは便にウイルスがいます。おむつ替えの後は、しっかり手を洗ってください。

かかってしまったら園をお休みしましょう。熱が下がって1日以上経過し、いつもどおり食事ができれば登園可能です。



野菜不足になっていませんか? いろいろな野菜をおいしく食べましょう。

鰯ヶ沢町子育て支援センター
「こうめちゃんルーム」
社会福祉法人みちのく会
幼保連携型認定こども園 舞戸保育所
舞戸町字下富田 29 番地 7
☎：0173-72-2277
☎：080-7730-4263
子育て支援担当：保育教諭
佐藤 彩花（さとう あやか）

鰯ヶ沢町子育て支援センター

こうめちゃんルーム

舞戸保育所では鰯ヶ沢町から委託を受け、子育て支援センター事業「こうめちゃんルーム」を行い、子育て親子の交流の場の提供と交流の促進、子育て等に関する相談・援助の実施、地域の子育て関連情報の提供、子育て及び子育て支援に関する講習等の実施等、地域の子育て支援機能の充実に努め取り組んでいます。

お子さんやお孫さんの遊び場所をお探しの方、遊び相手をお探しの方、成長の喜びや地域の子育て情報を共有できる子育て仲間を作りたい方、ぜひお子さんと一緒に遊びにいらしてみてください。歌ったり、遊んだり、製作をしたり、楽しいことをいっぱい見つけましょう。子どもたちが健やかに成長できるよう、お手伝いしていきたくて思っていますので、どうぞよろしくお願いします。

●日程：週3日の活動を予定しています。

活動予定日は、LINE 公式アカウント(@koume_room)・舞戸保育所ホームページ・子育て通信「こうめこころ」・お電話でのお問い合わせにてご確認ください。

・園で感染症等が流行している場合には延期または中止させていただくこともあります。

●時間：午前の部 8:30~11:30 午後の部 13:00~15:00

●場所：舞戸保育所 子育て支援室

●対象：子育て家庭の親子

●お申し込み：LINE 公式アカウント(@koume_room)、お電話、または舞戸保育所ホームページのお問い合わせフォームにてお申し込みください。当日参加も大歓迎です。

※利用料金はかかりません。

※お子さん用の飲み物・おしぼり・紙おむつやお着替え等を持って、活動時間内にお集まりください。

※駐車場は舞戸保育所園庭をご利用ください。

お問い合わせフォームは
こちら↓



子育てに1人で悩んでいるママさん！

子育てに不安や疑問を感じたとき、1人でどうしていいかわからないママさん！
まずはお気軽にお話しませんか？
子育て支援室に遊びに来るがてらご相談くださってもいいですし、LINE 公式アカウントやお電話からもご相談を受け付けておりますので、よかったらお友だちになってください！

●出張子育て支援●

毎月の乳児健診に合わせ、午後の部にて中央公民館1階講習室で出張子育て支援を行っております。
製作や遊びの活動が中心となります。
お子さん、お母さん同士の交流を楽しめるようにしていますのでぜひ遊びにきてください！

●読書 DAY●

（日本海拠点館の図書コーナーに
絵本を見に行く日）

お散歩しながら日本海拠点館の図書コーナーへ行き絵本を楽しみませんか！

※お知らせしていただければ、天候に限らず日本海拠点館現地集合でも OK です！

●世代間交流●

学生ボランティアを受け入れ、乳幼児の保育を体験してもらいます。
（対象：子育てや保育に興味がある
中学生・高校生・大学生）

鰯ヶ沢町子育て支援センター事業 ～活動内容～

●こうめっこくらぶ●

お子さんのお遊びが中心の日
園庭や園舎を開放します。
広いホールや園庭でのびのび遊ぼう！
いろいろなおもちゃを用意してお待ちしています。
また、製作をしたり歌を歌ったり、親子でふれあい遊びをして楽しい時間を過ごしましょう。

●子育て講座●

子育てに関する知識やスキルを高める勉強会や、お母さんのリフレッシュを図る楽しい体験講座などを行います。

●子育て相談●

子育てについて知りたいことや相談したいことに
子育て支援担当者が答え、不安の解消を図ります。
どんなことでもお気軽にご相談ください。
※事前にご予約をお願いします。