

鱒ヶ沢町子育て支援センター
「こらめちゃんルーム」

社会福祉法人みちのく会
舞戸子の星こども園
舞戸町字鳴戸 347-43
☎:0173-72-2277

☎:080-7730-4263(担当者直通)
子育て支援担当替:保育教諭
吉田 美恵(よしだ みえ)

こらめ こらこら



新米の美味しい季節になりました。お米には、体を作るために欠かせないたんぱく質やビタミン、脂肪など、多くの栄養素が豊富に含まれています。特に、でんぷんは体内でブドウ糖に変わり、脳を活性化させる働きを持っています。栄養たっぷりのごはんをしっかりと食べて、元気いっぱいのお一日をお過ごしください。

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(こらめこくらぶ)とピンク色の日(子育て支援の行事)がこらめちゃんルームの活動日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により、予定している活動が中止または変更になる場合がございます。その際は、LINE公式アカウントを通じて速やかにお知らせいたします。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14 開放日
15	16	17	18	19 身体測定	20	21 人形劇鑑賞
22	23	24	25	26	27 読書 DAY	28
29	30					



★14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

★19日(木) 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測定できます♪

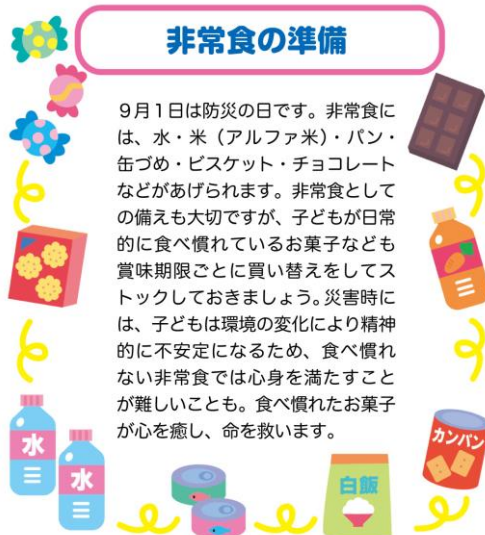
★21日(土) 人形劇鑑賞(午後の部 15:00~)

劇団「すぎのこ」による巡回公演が行われます。滅多にない機会ですので、ぜひご観覧ください。

★27日(金) 読書 DAY(10:00~11:30)

お天気の良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。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。

非常食の準備



9月1日は防災の日です。非常食には、水・米(アルファ米)・パン・缶詰・ビスケット・チョコレートなどがあげられます。非常食としての備えも大切ですが、子どもが日常的に食べ慣れているお菓子なども賞味期限ごとに買い替えをしてストックしておきましょう。災害時には、子どもは環境の変化により精神的に不安定になるため、食べ慣れない非常食では心身を満たすことが難しいことも。食べ慣れたお菓子が心を癒し、命を救います。

災害に備える

備蓄に便利なアルファ化米

アルファ化米は、水や湯を入れるだけで食べられて、レトルト食品にくらべて軽いのが特長です。登山などの携帯食や、災害時の非常食として、とても便利です。食料の備蓄は、普段から多めに買って置き、賞味期限を考えながら計画的に消費して、その分を補充すると、いざという時に賞味期限が切れていた! ということがなくなります。



見直そう!

食品の備蓄



食品の賞味期限や量を確認しましょう。

中秋の名月「お月見」

中秋の名月を「十五夜」ともいいます。十五夜は、秋の美しい月を見ながら収穫に感謝する日といわれ、十五夜には、15個のお団子をお供えます。お月見に欠かせないお団子は、白玉粉や上新粉で作ります。白玉粉で作るときは、豆腐を入れるとなめらかになり、子どもたちも食べやすくなります。お月様の見えるところにお団子と、秋に収穫される果物やススキを供えて、感謝と祈りを捧げましょう。



絵本を通じて食育を



読書の秋、子どもたちに絵本と食べ物との出会いを体験させてみては? 絵本に出てくる食べ物のイメージは、ワクワクとした気持ちとともに食への関心を高めます。「食」は、生きることの基本です。絵本の世界から、実際の食べ物を見て料理を味わうことで、子どもの心の中に深く「食」が刻まれていくことでしょう。絵本を通じて食べる楽しさや作るおもしろさ、好き嫌いの克服や食事のマナーなど、「食の世界」を広げていってあげたいものです。



出典:新食育ブック、食育ガイド&おたよりデータ集、ほけんだより(ナツメ舎)、健康おたより文例集

鯉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
舞戸子の星こども園
舞戸町字鳴戸 347-43
☎：0173-72-2277
☎：080-7730-4263 (担当者直通)
子育て支援担当代替：保育教諭
吉田 美恵 (よしだ みえ)



鯉ヶ沢町子育て支援センター

こうめちゃんルーム



舞戸子の星こども園では鯉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を図る取り組みを実施しています。

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いと思っていますので、どうぞよろしくをお願いします。

●日程：週3日の活動を予定しています。

活動予定日は、子育て通信「こうめころころ」、LINE 公式アカウント(@koume_room)、舞戸子の星こども園ホームページ、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：舞戸子の星こども園 子育て支援室

- 対象：子育て家庭の親子、妊婦さん

- お申し込み：予約は不要ですが、あらかじめご連絡いただけますと、よりスムーズにご対応できます。

※利用料金はかかりません。

※必要に応じてお子さん用の飲み物・おしぼり・紙おむつやお着替え等をお持ちください。

※駐車場は舞戸子の星こども園駐車場をご利用ください。



@koume_room
LINE 登録は
こちらから



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して下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来てください♪



●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)

鯉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。

