

こめちゃんルーム



街のあちこちでイルミネーションが輝き、冬の季節感が広がる頃となりました。寒さが本格化してくるこの時期は、温かい食事や家族団らんで心も体もポカポカに過ごしたいですね。
2024年も多くの方々に「こめちゃんルーム」をご利用いただき、温かい時間を一緒に過ごすことができました。心より感謝申し上げます。新しい年も、皆様にとって居心地の良い場所を提供できるよう努めてまいります。どうぞ家族で素敵な年末をお迎えください。

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（こめっくくらぶ）とピンク色の日（子育て支援の行事）がこ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。

12月の予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10 午後のみ	11 午後のみ	12 午後のみ	13	14
15	16	17	18	19 身体測定	20	21 解放日
22	23	24	25 クリスマス会	26 紙芝居 出張支援	27	28
29	30 年末年始休業	31 年末年始休業				

★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、その日にお越しになれない場合は、お気軽にお声がけください。別の日にご来園いただいた際に測定させていただきます。

★21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。

★25日(水) クリスマス会

園で行われるクリスマス集会に参加後、お部屋で記念写真を撮りたいと思います。

★26日(木) 紙芝居読み聞かせ（9：30～）

鯉ヶ沢町在住の能登谷 登さんが紙芝居を披露しにきてくれます。いろいろな紙芝居が見られて楽しいですよ！出張子育て支援（13：00～15：00）

鯉ヶ沢町中央公民館の一階の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♡

※10日(火)、11日(水)、12日(木)の午前の部は、園行事対応のためお休みとさせていただきます。午後の部は、通常通り開設します。

第33号
令和6年11月29日

鯉ヶ沢町子育て支援センター
「こめちゃんルーム」

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)



インフルエンザ対策はお早めに

インフルエンザに感染すると、高熱、せきや鼻水、のどの痛み、筋肉痛などのつらい全身症状を伴います。家族からうつることも多いので、みんなで予防を心がけましょう！

予防のために

- ① 予防接種を受けるようにする
- ② 外から帰ったら、必ずうがいと手洗いをする
- ③ 栄養のある食事と、水分をしっかりとる
- ④ 室内の湿度、温度に気をつけ、こまめに換気する
- ⑤ 室温は20℃前後、湿度は60%くらいを保つ
- ⑥ 人込みを避ける



薄着・重ね着で 元気に過ごしましょう

寒いといふ厚着をさせたりしますが、薄着で寒さや外気を感じることで、寒さへの適応力がつきます。また、セーターやフリースなど厚いものを1枚着せるよりも、重ね着をするほうが空気の層が厚くなり、温かさがアップします。



肌着を着せましょう

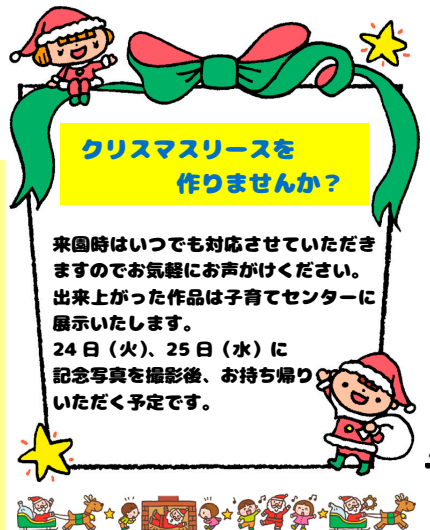
冬でも外遊びなどで汗をかきます。綿の肌着を着せてください。寒い時期は半そでの肌着もおおすすめです。

薄着の重ね着で 体を温かく

長そでシャツの上に半そでのTシャツやベストを着せ、外に出るときはトレーナーやセーターを……という具合に衣類を重ねると温かく、調節もしやすいです。

靴下はくるぶしまで

足首は皮膚が薄く冷えやすい部位です。靴をはくときは、くるぶしを覆う長さの靴下を。



クリスマスリースを 作りませんか？

来園時はいつでも対応させていただきますのでお気軽にお声がけください。出来上がった作品は子育てセンターに展示いたします。
24日(火)、25日(水)に記念写真を撮影後、お持ち帰りいただく予定です。



冬至にゆず湯と かぼちゃ

冬至は1年のうち、もっとも昼が短く、夜が長い日です。この日にゆずを浮かべたふろ(ゆず湯)に入ったり、かぼちゃを食べたりするとかぜをひかないといわれています。

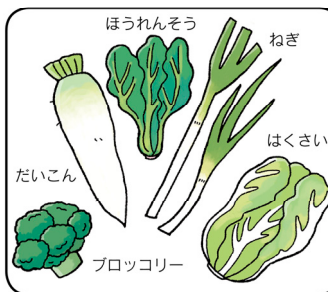


おしらせ

令和6年12月29日～
令和7年1月4日まで
子育て支援センターは
お休みとなります。

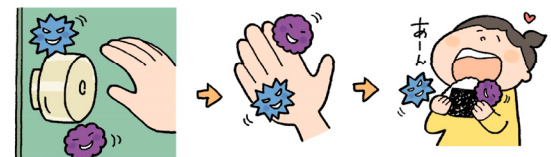


冬においしい 野菜を食べよう



手が菌の運び屋に!?

手はいろいろなものに触るので、手を介して食べ物やほかの人に汚れや細菌、ウイルスなどが移動する危険があります。つまり手が菌の運び屋になってしまうのです。かぜや食中毒予防のために石けんを使ってしっかり手を洗うことが大切です。



こんな時は手を洗いましょう



手洗いの目的は、手から汚れを洗い落として清潔にすることです。目に見える汚れのほかにも、目に見えない細菌やウイルスなどがついていることがあります。体内に細菌やウイルスを持ち込まないようしっかりと手を洗うことが重要です。

鯨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）

鯨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鯨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、よかったらお友達
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）

鯨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。

