

こらめ こらめ



第44号
令和7年10月27日
鯉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: 保育教諭
佐藤 彩花 (さとう あやか)

落ち葉が赤や黄色に色づき、外遊びやお散歩がますます楽しい季節になりました。朝晩はぐっと冷え込む日も増えてきて、厚着で来てくれるお子さんも多くなりましたが、遊んでいるうちに汗ばんでしまう姿もよく見られます。衣服をこまめに調整しながら、風邪をひかないよう気をつけて過ごしていきたいですね。親子で秋の自然にたくさん触れる中で、お子さんの小さな気づきや成長と一緒に見守っていただければと思います。

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。

11月の予定						
日	月	火	水	木	金	土
						1 ナイトフェスタ
2	3	4	5	6	7	8 子育てフェス
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19 読書DAY	20 身体測定	21	22
23/ 30	24	25 読み聞かせ	26	27	28	29

◆19日(水) 読書DAY(10:00~11:30)
季節の変わり目は、静かに「本」の世界に浸る時間も心を落ち着けてくれます。図書館のゆったりとした空間でお気に入りの一冊を探してみましょう。
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ご持参ください。■
なお、支援室でも絵本の貸し出しができますので、ご希望の方はお気軽にお声がけください。

◆20日(木) 身体測定
お子さんの身長と体重を測定します! ✨ 成長の記録としてぜひご参加ください。(別日対応も可能です)

◆25日(火) 読み聞かせ(9:15~)
読み聞かせグループ「ピース」さんが来館し、3歳未満のお子さん向けに絵本の読み聞かせを行っていただきます。あたたかやさしい語りかけの時間を、ぜひ一緒にお楽しみください! たくさんのご参加をお待ちしています!

🍁 今月のこらめこくらぶでは、お天気が良ければ園庭の遊具で遊んだり、お散歩を楽しんだりしたいと思います! ✨
寒くないよう防寒具と靴をご用意お願いします!
まだ歩けないお子さんも、ベビーカーや抱っこ紐で安心して参加できますので、ぜひ遊びに来てくださいね。

イベントお知らせ

◆園行事として「**わのほしナイトフェスタ**」が開催されます。
📅開催日時: 令和7年11月1日(土)
17:00~20:00
▶開催場所: 舞戸の星こども園
★どなたでもご参加いただけますので、ぜひ足をお運びください。



◆町のイベントとして「**みんなで子育てフェスティバル**」が開催されます。
📅開催日時: 令和7年11月8日(土)
10:00~14:00 (9:00 オープン)
▶開催場所: 日本酒拠点館



うれしい交能 たっぷりの冬野菜

冬野菜といえばダイコン・ハクサイ・ネギ・ホウレンソウ・シュンギクなど、どの野菜にも体に必要な栄養素がいっぱいです。体をあたためたり、風邪の予防や症状を和らげるなど、うれしい作用がたくさんあります。冬の野菜をたっぷり食べましょう。

- ハクサイ…淡泊でほかの材料との調和が良く、鍋にはなくてはならない野菜
- ホウレンソウ…鉄分が豊富
- ダイコン…冬に甘味を増し、消化酵素で胃腸の動きを整える



休に関する記念日

11月8日は「いい歯の日」、11月12日は「いい皮膚の日」。記念日には普段の歯みがきや保湿を見直しましょう。

11月8日 11.8 いい歯を守ろう

仕上げみがき、していますか?



上の前歯の後ろをみがくよ~

まずは子どもが自分でみがくの見守り、最後は仕上げに大人がみがいてあげましょう。奥歯のすきまや歯の裏側など、自分ではみがきづらい部分までしっかり汚れを落とし、元気な歯を守ります。

痛くないコツ

上の前歯の中央と上唇をつなぐひだ(上唇小帯)に歯ブラシが当たると痛みます。指で押さえます。

口を引っばらない

奥を見ようとする口を引っばるのではなく、指でほおを内側から押しましょう。奥歯の側面が見やすくなります。



11月12日 11.12 いい皮膚を守ろう

保湿ケア、していますか?



気温が下がると湿度が低くなるため、肌がかさかさしくなります。お風呂上がり、登園前にしっかり保湿して、肌のかさつきやトラブルを防ぎましょう。

いい子を守るう

毎日ギュッとしていますか?



子どもはいつでも「いい子の日」! 毎日1回ギュッとして、心の元気をチャージしましょう。

七五三のお祝い

11月15日の七五三は、子どもの健やかな成長を祝う行事です。男の子は5歳(3歳で祝うことも)、女の子は3歳と7歳でお祝いをします。昔は乳幼児の死亡率が高く、子どもの成長は現在以上に貴重で、喜ばしいことでした。

また、七五三に食べる千歳飴には、「千年長生きできますように」という願いが込められており、飴の色も縁起がよい紅白です。当日はお赤飯をたいたり、お祝いの食事を開いたりして祝います。



11月のお歌・手遊び

- ▲山の音楽家
- ▲もみじ ▲たきび
- ▲げんこつ山のためきさん
- ▲世界中のこどもたちが



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：保育教諭
佐藤 彩花 (さとう あやか)

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人で悩んでいるパパママさん！

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パパママさん！

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、よかったらお友達になってください♪

●出張子育て支援●

年間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、
絵本の世界を楽しみませんか？

※事前にお知らせいただければ、
天候に関わらず現地集合も可能です♪



●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●

お子さんが自由に遊べる日です。
いろいろなおもちゃを用意して
お待ちしております。
また、製作や歌、親子でのふれあい
遊びを楽しみながら、
ゆったりとした時間を
過ごしましょう。
開放日には、園庭やホールも開放
しますので、広々とした空間で
のびのびと遊んでください！



●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。

