



ぽけっと



住所：薩摩川内市平佐町3669-1-B棟

電話：080-2779-6723

【通常開所時間】9：00～14：00（電話相談は15：00迄受付）

つんとした冷たい空気に、ひんやりとした風。もう季節はすっかり冬ですね。子ども達はこんなに寒い冬でも吐く息の白さに喜んだり、冷たい風に鼻を赤らめながらも、元気に遊ぶ姿はたくましさを感じるほどです。そんな子ども達に私達もいつも元気をもらい、心癒されています。

さて、もう12月、やっと12月…みなさまにとってはどのような1年だったのでしょうか。この1年を振り返りながら笑顔で締めくくり、良いお年をお迎え下さい。そして、またぽけっとで楽しいお正月の出来事を語り合いましょう！

<12月の予定> ※駐車場が園行事等により混雑する恐れの日を **Ⓟマークで表示** しています

日	月	火	水	木	金	土
新規さんの登録日（毎月1,10,20,30日：但し変更がある場合があります）を設定しています！初めて利用される前には、ご面倒ですが登録日午前中にご来所頂き、利用方法やセンターの趣旨をご理解頂いた上で、登録申請頂けたらと思います。					Ⓟ 1 新規さん いらっしゃ〜い	2 パパとおいでー in幼稚園園庭 10:00~11:30
						午後
3	4	Ⓟ 5	Ⓟ 6	7 ベビーマッサージ 10:30~11:30 要予約6組 午後：ミシンの日	Ⓟ 8	Ⓟ 9
					身体測定 0歳児 （座位・寝位）	 午後：個別相談
10	11	な〜もの森で遊ぼう 10:00~11:30 午後：個別相談	Ⓟ 13	Ⓟ 14	Ⓟ 15	個別相談日
				プレママデー & 午後：ミシンの日		親子ふれあい体操 in幼稚園ホール 10:00~11:30
17	18	Ⓟ 19	20	21	Ⓟ 22	23
	歯っぴータイム 10:30~	体の中から健康食育 11:30~12:30 要予約4人 午後：ことばのじかん	新規さん いらっしゃ〜い 午後	衛生点検日		天皇誕生日
24/31	25	26	個別相談日	28	29	1/4（木）
		カレンダー作り 2歳以上児対象 午後：個別相談			12/29~1/3は 年末年始のため 休館	

表示マークの見方：おひさま→個別相談日・コスモス→35歳以上ママの日・カンガルー→妊婦さんの日・ひよこ→0歳児の日
 ウルトラマン→お父さんと子どもの日・くま→要予約者限定の日・プレママデー→妊婦さんと0歳児親子とのふれあいの日



パパとあいでー

in せんだい幼稚園園庭

12/2(土) 10:00~11:30

9:30~受付可、園庭内の受付にお越し下さい。

<準備物>動きやすい服装・水筒・タオル・帽子

いつも子育てに奮闘しているママに代わってお父さんの出番です。子ども達も父親ならではの豪快な遊び方を楽しみにしていますよ!! 自然いっぱい、遊具いっぱいの園庭でお持ちしています。



ミシンの時間

12/7、12/14(火) 12:30~14:00

<要予約>各先着2組

時にはママ同士、職員ともゆっくりおしゃべりしながらハンドメイドの時間を楽しんでみませんか?

<持ち物>裁縫道具、お好みの布、布切りばさみ

人数把握のため事前予約制でお願いします。

予約時に何を作りたいか?のご相談や、必要な布などの準備物の確認も受け付けています♪(託児要相談)

ベビーマッサージ



12/7(木) 10:30~11:30

<参加費>無料

<要予約>2ヶ月~1歳の親子 限定6組

お母さんの手は魔法の手☆肌を通じてママも赤ちゃんも愛情と安らぎを感じてみませんか?

<持ち物>赤ちゃんの飲み物、バスタオル1枚

※予防接種後24H以内のマッサージはお控え下さい。



身体測定の日♪

12/8(金) 寝位測定(0歳児) 終日

12/13(水) 立位測定(1歳児~) 終日

都合の良い時間がございましたらぜひ!

母子手帳持参で測りに来て下さいね☆



な~もの森で遊ぼう!

12/12(火) 10:00~11:30

9:30~受付(時間に余裕を持って参加しましょう!)

活動内容は室内に掲示しますので、ご覧下さい。

※人数把握のため事前予約制 先着20組

<持ち物>帽子・タオル・水筒・防寒着

親子共に動きやすく汚れても構わない服で森側入口よりお越し下さい。



要予約講座の詳細

要予約の申し込みは材料費を添えて、3日前までに必ず本人が行ってください。病気等によるやむを得ないキャンセルは前日の朝までをお願いします。無断欠席は次回予約を受け兼ねますのでご注意ください。

親子ふれあい体操



in せんだい幼稚園ホール

12/16(土)

10:00~11:30

9:20~9:30受付

9:30~9:50サーキット遊び

<要予約>先着20組

<持ち物>汗拭きタオル・飲み物

吉留早木子先生を迎え、楽しい音楽と笑いのある時間を親子一緒に過ごしませんか? たまにはお父さんも誘って一緒に汗を流しましょう♪ 動きやすい服装でお越し下さい。

歯っぴータイム♪④



12/18(月) 10:30~ 先着6組

普段から行き慣れた場所で歯科衛生士さんと気軽に話せるようになれば、小さな子どもでも大人でも歯医者さんって全然怖くないんだって感じるようになるかもしれませんね♪ 歯についての悩み相談、一緒に勉強しましょう。今回は、④「口腔遊び: マッサージとペロタッチ」等を行います。お気軽にご参加下さい。

体の中から健康食育



12/19(火) 11:30~12:30

<要予約>先着4人 <参加費>350円

利用者より「幼児向けの食事ってどういうの作ったらいいの?」の声に答えて安心安全な食材の食事を提供します!

※大人1人分の提供となりますので、子どもには取り分けるか、各自でお弁当などの準備をお願いします。

ロールパン・トマトスープ・ひじきサラダ
豆腐入りチキンナゲット・牛乳

食後にはドリンクも付きます お楽しみに♪



フレママデー

12/14 (木) 9:30~11:30

地域子育て支援センターは妊婦さんでも利用できる所！妊婦さんのうちに出来ることを一緒に見付けてみませんか？

これから先、赤ちゃんとの生活に向けての期待や不安を先輩ママと話したり、赤ちゃんを抱っこさせてもらったり楽しい子育てライフを応援します♪



カレンダー作り 12/26 (火)

時間帯は室内にある予約簿をご覧ください。



子どもの成長を作品にしませんか？2歳以上児は毎月カレンダー作りを行います。親子製作になりますので、お子さんと一緒にぜひご参加下さい。

※毎月20日迄の事前予約制です。20日が休日の際は、前日迄となりますのでお気を付け下さい。ご不明な点につきましては気軽に職員までお問い合わせ下さい。

孫育てと子育て

子育てを取り巻く情報は日々変化・進歩するため、祖父母世代と子育て世代の子育ての常識にギャップができてしまいがちです。「抱っこ」ひとつにしても祖父母世代では「抱き癖がつく。そうすると赤ちゃんは抱っこを求めてしょっちゅう泣くようになる。」という方が多いですが、抱っこは、発達・発育の上で問題はなく、逆に愛着形成につながる大事な行為なのです。0歳の頃は、泣くことで自分の思いを他人に伝えています。空腹やおむつの汚れなどの生理的不快感を泣いて知らせ、不快を取り除いてくれる大人に「この人は分かってくれる」「安心できる」と思い、信頼感を覚えるのです。それが心の成長に大切なのです。泣くとかまってもらえることがわかると、かまってもらいたくて大泣きすることもあります。「一人でさみしくなったのね」など、子どもの気持ちに寄り添い、言葉にして語りかけたり、抱っこが大変なときはおんぶであやしたり、気分転換に違う場所に連れて行ったりするのも良いでしょう。

また授乳や離乳食の進め方についても祖父母世代と子育て世代では違いがあると聞きますが、その違いが少しでも分かっているれば安心ですね。センター内には楽しく子育てができるよう参考までに「子育てお助けリーフレット」がありますので、良かったら手に取ってみて下さいね。

☆薩摩川内市350ベジライフ宣言☆

ほけっとでもベジライフ活動を行っています。

先日、冬野菜（大根、人参、かぶ）の種植えを行い、こんなに元気に育っています。

子ども達と収穫する日が今から楽しみです☆



年末にはおせち料理を作る方もいらっしゃると思いますが、おせち料理の1つ煮しめにはたくさんの野菜が使われますね。根菜を中心とした野菜などを一緒に煮た煮しめには、**家族が仲良く**一緒に結ばれるという意味があります。また煮しめに入っている具材も、それぞれ意味を持っています。

◎里芋…親芋にたくさんの小芋が付くことから**子宝**に恵まれますようにという願いが込められています。

◎ごぼう…ごぼうは地中深く根を張るので、家（家族・家業など）がその土地に

しっかりと根を張って安泰にという願いが込められています。

◎蓮根…蓮根はたくさんの穴があることから、**将来の見通しがいい**（先見性がある）という縁起を担いだ食べ物です。

◎梅花にんじん…梅は花が咲くと**必ず実を結ぶ**ことから、縁起物とされています。

また、にんじんの赤色は**寿をあらわす**とされています。

現在は洋食や中華料理のおせちも目につくようになりましたが、おせち料理はもともと日本にある行事食です。今年はお子様と一緒におせち料理の1つ1つの意味を考えながら食べてみてはいかがでしょうか。



☆ 11月の活動の様子 ☆

新聞ロケット作ったよ(∩o∩)♪



11/9 ベビーリンパ & ヨガ



ゆ〜らゆ〜ら♪
プ〜ランコ

いないいない
ばあっ!



11/4 パパとおいでー



11/9ごろんアート



11/21 ホールで遊ぼう



子ども達の
笑い声が
ホール



いっぱい
広がりました



ナイスショットは
一瞬!

子ども達より
周りの大人が大騒ぎ!!

11/22ぶち・ぽけっと in東郷公民館

ほくも何か
作りたいな〜!



11/25 親子アロマヨガ

たのしい〜♪



かわいいペパナプフラワーリースができました☆



ママと一緒に
ポーズ!
決まってるね