



ほけっと



1月 2019年

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）

旧年中は大変お世話になりました。沢山の利用者さんとの出会いに恵まれ、とても素敵な一年でした。年末年始は、皆さんどのように過ごされるのでしょうか？実家へ帰省される方も、少し遠くへカウントダウンや家族旅行を計画されている方も、家のコタツで紅白を見ながら美味しいミカンやおせちをつつかれる方も、楽しみです♪何かと忙しい時期ではありますが、時にはゆっくりと今年一年を振り返り、来年の抱負を家族で話すのも良いかもしれませんね。今年もスタッフ一同、かわいい笑顔の子どもたちと、楽しい話を聞かせてくれる利用者の皆さんの来所を、心待ちにしております(o^-^o)♪

<1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
		1	2	3	4	5
表示マークの見方～おひさま：自由開放日、カンガルー：妊婦さんの日 ひよこ：0歳児の日、コスモス：35歳以上ママの日、くま→要予約者限定の日 ウルトラマン：お父さんと子どもの日、プレママデー：妊婦さんと0歳児親子のふれあいの日						
6	7	㊥ 8	㊥ 9	㊥ 10	11	12
	プレママデー 	 午後 訪問支援		 新規さん いらっしゃ～い 午後 ミシンの時間	身体測定 0歳児(寝位) 午後	 午後 個別相談
13	14	㊥ 15	㊥ 16	17	18	19
	成人の日	 先生あのねの日 午後	 身体測定 (立位)1歳～ 午後	OpenPark (果物狩り)	衛生点検日	
20	21	㊥ 22	㊥ 23	24	㊥ 25	26
	歯っぴータイム 午後	ホールで あそぼう 午後 訪問支援	かわいい製作 (0.1歳児)	カレンダー作り (2歳以上児) 午後 ミシンの時間	 午後 個別相談	
27	㊥ 28	29	30	31		
	午前 わくわくタイム 		 新規さん いらっしゃ～い 午後	 どんぐり帽子作り		



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。設定日以外での登録希望の方は、事前にお電話ください。

パパとあいでー ~パパクッキング♪~



1/5(土) 10:00~11:30

9:30~ほけっとにて受付

持ち物: エプロン、三角巾など

お父さんの参加増えています! お父さんとお子さんの特別な時間を過ごしませんか? もちろんママと一緒に也大歓迎♪ 詳細は職員までお問い合わせ下さい☆ 雨天時もほけっとで楽しく過ごしましょう。

フレママデー 1/7(月)



~妊婦さんの今だから出来る事探し~

<対象> 0歳児を子育て中のママ・安定期の妊婦さん

<時間> 9:00~14:00

これから迎える妊娠出産について、みんなでお茶を囲みながらゆっくり話をしたり、経験談を聞いたりしませんか? その中で今の時期だから出来る事を一緒に見つけましょう☆ パパと一緒に也大歓迎です♪

身体測定の日♪

1/11(金) 0歳児(寝位)

1/16(水) 1歳以上児(立位)

両日とも午前中のみ計測できます♪

母子手帳持参の上、測りに来て下さいね!



歯っぴータイム♪



1/21(月) 5分前までに各自受付

10:30~12:30 in ほけっと

<要予約> 先着5組(各15分ごと)

空き時間帯は受付簿でご確認ください。

<持ち物> 普段使用している仕上げ磨き用歯ブラシ

本人用(子ども)歯ブラシなど

子どもの歯について歯科衛生士さんに気軽に相談してみませんか? 普段から行き慣れた場所で歯科衛生士さんと話せるようになれば、小さな子ども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♪

個別相談

初めての子育てだから不安。。。私のしていることこれであってるの?? 離乳食って何から始めたらいいの? 入園・入学までにしておくことって? オムツはいつ外したらいいの? などなど…。

子育ては一人ではできないものではないから…「こんなこと聞いちゃダメ?」なんてためらわず、いろいろなお話をゆっくりと聞かせて下さい。ためらわず、まずはお電話下さいね★(*^-^*)



要予約講座の詳細

要予約イベントへ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下さい。病気等によるやむを得ないキャンセルは、キャンセル待ちの方を考慮し、前日の朝までお願いします。



先生あのおの日

1/15(火) 10:00~11:30

★個別相談希望の方は事前予約で調整可。

小川昇二先生を迎え、一緒に遊びながら、子供との関わり方や遊び方、子供の特性について一緒に考えてみませんか? 声掛けのヒントも見つかるかも?

Open park in 農園&近くの公園

1/17(木) 9:50 現地集合(調整可)

季節の果物狩り→公園→ランチ

10:00~14:00

<要予約> 先着5組 <参加費> 300円

<持ち物> タオル、着替え、帽子、弁当、水筒、

持ち帰り分 100g/250円~の予算、

今が旬の新鮮な果物をみんなで一緒に収穫しませんか? 収穫後は近くの公園等で過ごし、みんなで昼食♪ お買い物♪ 軽めのスポーツ? などなど楽しい時間を一緒に過ごしましょう。詳細は室内に掲示します (雨天時変更有り) 職員までお問い合わせ下さい。



ミシンの時間

1/10, 24(木) の 12:30~14:00

<要予約> 各先着2組

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楽しんでみませんか?

<持ち物> 裁縫道具、お好みの布、布切ばさみ

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付ています♪ (託児要相談)

コスモステー

<対象>35歳のお誕生日を迎えた方。少しだけ、子育てのスタートがゆっくりだった

お母さんやお父さんたち。安心してほけっとへおいで下さい。今日は同世代の方や職員と気兼ねなく、ゆっくり過ごしてみませんか？意外とこの日を楽しみにして来られる方増えてます♪ 一度ぜひ！お越し下さい☆

ホールであそぼう

1/22 (火) 10:00~11:30

9:30 受付 in 幼稚園ホール

0.1歳児対象 先着20組

<持ち物>動きやすく、汚れてもよい服装、防寒着
帽子・バスタオル・水筒・着替えなど

日頃は狭い室内のほけっとだけでの活動ですが、たまには広くて温かいホールで元気に身体を動かして一緒にいい汗をかきませんか？五感が発達する乳幼児期の触れ合い体操やハイハイなどで体幹を鍛えたり、わらべうたなどで親子で楽しい時間を過ごしましょう♪親が笑顔だと子どもも自然と笑顔に♪子どもが活動しやすいように、時間にゆとりを持ち受付へお越し下さい。慣れない場所でもお子さんも楽しめると思います☆活動内容などの詳細は室内に掲示いたします☆

わくわく Time 1/28 (月) 午前中



ほけっとに通って頂き、親子共々交流を深めた方々(事前予約者のみ)へ、髪切りや歯科通院などリフレッシュ時間として還元いたします。ぜひご活用ください

<要予約>対象：ポイントカードが貯まった方。

<時間>各家庭：希望時間2時間以内 ※希望日の

前月20日までに申し込み手続きが必要です

1/23 (水) かわいい製作

<対象>0.1歳児

1/24 (木) カレンダー作り

<対象>2歳以上児



時間帯は室内にある予約簿をご確認の上、ご予約下さい。

子どもの成長を作品にしてみませんか？2歳以上の親子を対象に、糊やハサミ、折り紙などを使い毎月カレンダー製作活動を行います。0.1歳児については手型足型をモチーフに取り入れた製作(だるまさんシリーズ第3弾)を行います。

製作物の事前準備がありますので※毎月20日迄の事前予約制となります。

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、お気軽に職員までお問い合わせ下さい。

かわいい、

どんぐり帽子作り 先着4組



1/31 (木) 9:30 開始~終日

<持ち物> 鍵棒・お好みの毛糸・弁当
(選ぶのに迷ったらご相談下さい☆)

大人用でも子供用でも、初心者でも経験者でも、みんなで一緒に編み物やおしゃべりを楽しみませんか？

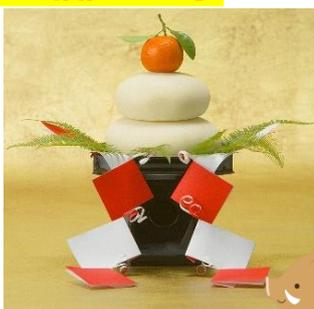


今年度はベジライフ活動として暦の行事に関わる食を紹介していきたいと思います。お楽しみに！

★薩摩川内市350ベジライフ宣言★

☆今月のおはなし☆

「鏡餅って？」



「いつ飾るの？」

鏡餅は年神様の依り代とされ、ご神体としての鏡をお餅であらわし、「鏡餅」と呼ばれるようになりました。丸い形は、昔の丸い鏡を模しており、魂の象徴でもあります。大小2段で月と太陽、陰と陽を表していて、円満に年を重ねる、夫婦和合などの意味が込められています。鏡餅を飾る日は、12月29日と31日を避けます。29日は苦餅(苦持ち)、二重苦に通じ、31日は葬儀と同じ一夜飾りに通じて縁起が悪いからです。従って、12月28日までに飾るか、遅くとも30日に飾りつけます。そして、1月11日の鏡開き(※)で、お供えていた鏡餅をおろして食べます。松の内が15日までという地域では、15日に鏡開きをする場合もあるようです。鏡餅は、「供えて」→「おろし」→「開いて食べる」ことに意義があるので、雑煮などにして必ず食べることが大切なようですよ。お美味しく食べて、楽しいお正月をお過ごしください。

素敵な新年を迎えましょう

☆ 12月の活動の様子 ☆

パパと玉当て！よ～しバトンタッチ☆

上手く当たるかな？

12/5(水)しめ縄リース作り

ぼくらも
上手でしょ？

個性ある素敵な作品が出来ました☆

12/12(水)ことばのじかん

いつも通り、日頃の
関わりの中で…

ゆっくり1対1で相談できました♡



12/8(土)パパとおいでー

ママ～！
みてみて☆

パパと一緒になら高い所も平気だよ☆

12/6,13ミシンの時間

かわいい我が子の入園グッズ作りや刺繍の時
間を楽しみました♪

意外と夢中
になりますね♪

12/13(木)体の中から健康食育

おせちには何
が入っている
かな？

各地のおせちやお雑煮の話で盛り上がり、実際の食事を食べな
がら、食材の切り方や使い方などの方法を学びました♪

初めまして仲良くしてね♡

じぶんです☆



12/18(火)ベビーマッサージ