

十和田めぐみ保育園では、園の機能を地域に役立てるために、保育所地域子育て支援センター事業を実施しています。お子さんをお持ちの出会いの場と交流の場として活動しています。育児の不安や悩みを相談しあったり、リフレッシュできるような活動も取り入れています。また、育児や家事の知恵やアドバイスも行っておりますので、是非ご利用下さい。

11月 エンゼルだより

令和5年11月1日

社会福祉法人三徳会十和田めぐみ保育園

子育て支援センターエンゼル センター長

だいぶ秋めいています。地域のイベントに参加されて楽しまれているお話をサークルに来ているお母さん方から伺う事が多いです。楽しい秋。満喫したいですね。しかし、インフルエンザの流行が心配されています。どうぞ、コロナ禍の感染症予防の知識を活かして、元気に乗り切りましょう。

エンゼルでは、10月14日に「子育て支援フェスタ」を行いました。今回は、バレエの発表会を後半部分で行いましたので、「習い事」に注目した内容にさせていただきました。地域の子どもに関わる人として、習い事の先生方に熱い思いをお話し頂きました。子どもたちは、いろいろな人に育てられるのだと思いました。

取材のご協力頂いた方々。そして、観覧の親御さんに感謝申し上げます。

10月の活動の様子

〇八甲公園に行ってきました！

10月4日に八甲公園に行って来ました。とてもいいお散歩日和だったので、落ちているトチノミを拾ったりして楽しみました。

落ちているトチノミのなかには、殻ごと落ちているものもあって、割ってみようとしたり、開けてみて極小のものをみつけると「赤ちゃんだ！」と発見したりしていました。

木の根っこに水たまりがあると、不思議がってなかを探ってみたりもしましたよ。

まだまだ小さい探索遊びですが、わくわくドキドキして楽しめました。

〇絵の具で遊ぼう！

ただいま、エンゼルのウィンドウは、オレンジと白と黒のハロウィンカラーです！

10月6日にかなりやサークルでは、子どもたちがローラーと筆を使ってダイナミックにお絵描きをしました。お母さん方も、ハロウィンのキャラクターのかぼちゃ、お化け、なども描き加えて、すごく楽しいハロウィンウィンドウが出来上がりました！通りがかりの皆さんにも大好評なんです！子どもたちのアート魂を感じて頂ければと思います。



～相談コーナー～ 「食物繊維を摂ろう！」

前号では、「離乳食について」「偏食について」を取り上げました。その中で、園で人気のメニュー「ゴボウスナック」について触れましたが、今号では、レシピの紹介をしたいと思います！

ゴボウの食物繊維は、水分を大量に吸収して、便を軟らかくし便通を良くする栄養成分です。便をためこまず、スムーズな便通にしてくれます。美味しくゴボウを食べて、お腹の調子を良くしましょう。

その他にも、園で人気のメニューをご紹介します！

「ゴボウスナックの作り方」

- ①ゴボウの皮をむき、ピーラーで薄切りする。(ささがきでもよし)
- ②ゴボウを水にさらす。
- ③ゴボウの水を十分切って、片栗粉をまぶし、全体に行き渡らせる。
- ④大体180度のサラダ油で揚げる。
- ⑤カリカリに揚げたら、キッチンペーパーの上にあげ、熱いうちに甘辛だれにくぐらせ、キッチンペーパーにあげる。



園のおやつによく出ます！
大人気です！

お子様の発達に合わせてサークルにご参加いただけます。ご予約をお願いいたします。

* 月曜日・水曜日は【生後～1歳3ヶ月くらい】・・・**ひよこサークル**
* 火曜日・金曜日は【1歳3か月～3歳くらい】・・・**かなりやサークル**

※キャンセルの場合もお手数ですがご連絡下さいますようお願いいたします。

11月の予定

* ひよこ・かなりやサークルは9時ぐらからのスタートです。
* 育児講座・地域交流・土曜日の活動については各案内をご確認下さい。
* 利用料は無料です。

月	火	水	木	金	土
		1 (おでかけ) トワレで 遊ぼう	2 (おでかけ) キッズパーク で遊ぼう	3 文化の日 でお休み	4 開放日
6 (ひよこ) 絵の具で遊ぼう	7 (かなりや) 絵の具で遊ぼう	8 (おでかけ) めぐみ保育園 で遊ぼう	9 (おでかけ) みきの保育園 で遊ぼう	10 (おでかけ) 現代美術館へ 行こう	11 開放日
13 (おでかけ) 七五三のお参り へ行こう	14 (かなりや) 手作り おもちゃ	15 (育児講座) リフレッシュ 筋膜リリース	16 (育児講座) 親子ヨガ	17 (かなりや) 親子で体操	18 のぞみ カフェ
20 (ひよこ) 身体測定	21 (かなりや) 身体測定	22 (育児講座) 感染症について	23 勤労感謝の日 でお休み	24 (育児講座) リフレッシュ 筋膜リリース	25 開放日
27 (ひよこ) お誕生会	28 (かなりや) お誕生会	29 (ひよこ) 手作り おもちゃ	30 ジャンボリンで 遊ぼう	12/1	12/2 

ご予約・ご質問は、0176-25-0441 (スタジオエンゼル) まで。

◆のぞみカフェのご案内

- ・日時:11月18日(土)10:00～12:00
- ・場所:子育て支援センターエンゼル
- ・対象:お子さんの発達に心配がある親御さん
- ・内容:情報交換してみませんか?おしゃべりしましょう。

◆電話相談・面接相談

日頃子育ての事で悩んだり困ったりしていることはありませんか?誰かに話すと気持ちが楽になることもあります。気軽に話して下さいね!

(事前に予約が必要です。お電話ください。)

☆スタジオエンゼル Tel25-0441

☆十和田めぐみ保育園 Tel22-0141

エンゼルだよりは、子育て支援センターエンゼルホームページでも見ることができます。日程の確認など、ぜひご利用ください。

また、エンゼルの動画をアップしています。YouTubeからも見ることができるのでぜひご覧になってみてくださいね♪



子育て支援センターエンゼル

〒034-0083

十和田市西三番町 22-8

電話:0176-25-0441

～おでかけのご案内～

- ◆トワレ 11月1日(水)
10:00～(現地集合)
- ◆十和田めぐみ保育園 11月8日(水)
10:00～(現地集合)
- ◆みきの保育園 11月9日(木)
10:00～(エンゼル出発)
- ◆現代美術館 11月10日(金)
10:00(現地集合)
※市民無料デーにつき、マイナンバーカード、運転免許証など十和田市在住である証明ができる物をお持ち下さい。
- ◆七五三のお参り 11月13日(月)
10:00～
※大池神社でお参りをします!大池神社にお集まりください。

◆キッズパークで遊ぼう

旧松陽小学校の体育館にできたキッズパークに行ってみよう!

・日時:11月2日(木)
10:15～12:00 すぎ



・場所:旧松陽小学校 体育館(現地集合)
〒034-0105
十和田市大字八斗沢字砂土路 14 番

・持ち物:飲み物、着替えなど
※お弁当を食べられるスペースもあります。

～育児講座のご案内～

◆リフレッシュ筋膜リリース

フォームローラーを使って行います。お貸し出しできます。

○日時:11月15日(水)
10:00～11:00
11月24日(金)
10:00～11:00

○講師:とわだこどもスポーツ教室

○対象:親子10組まで

○持ち物:汗拭きタオル、水分
動きやすい服装

◆親子で体操

○日時:11月17日(金)
10:00～11:00

○講師:とわだこどもスポーツ教室

○対象:1歳半以上の親子10組まで

○持ち物:汗拭きタオル、水分
動きやすい服装

◆親子ヨガ講習会

○日時:11月16日(木)
10:00～11:00

親子で楽しみながらヨガで身体をほぐしましょう!

○講師:新山奈穂 先生

○対象:親子7組まで

○持ち物:汗拭きタオル、水分
ヨガマット
動きやすい服装

◆開放日～遊びの場～

○日時:11月4日、11日、25日(土)
お父さんもぜひ遊びに来て下さい。
遊びの設定をたくさんご用意しています!
○時間:9:00～12:00

～エンゼルから

のお知らせ～

○エンゼルでは「活動の出前」を行って居ます。例えば、なかなかお家から出られない親子に向けてクラフトのキットなどをお届けします。その他訪問してのサポートなどについてもご相談ください。

○午後の開放を利用したい場合には、事前にご連絡頂ける様お願い致します。

○YouTubeの発信をしております。
YouTube などでお顔を出したくない等のご要望があれば、お声掛け下さい。