

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。子育て中の皆さん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。是非ご利用下さい。

# エンゼルだより



まだまだ暑い日が続きますが、時折聞こえてくる虫の音色で秋を感じますね。秋は空気が澄み切っていて、月がとても美しい季節といわれています。ススキを飾って、クリや柿、枝豆、いもや団子などを供えてお月見をしてみるのもいいですね。お月さまの様子が何に見えるか、ご家族で考えてみるのも楽しいと思います。

さて十和田の秋祭りがやって来ます。「ドンコンドンコドン」と太鼓の音が聞こえてくるとワクワクしますね。官庁街に並ぶたくさんのお店や山車を見て十和田のお祭りをご家族で楽しみましょう。エンゼルでもお散歩しながら出かけてみたいと思います。

## 8月の活動の様子

### ●開放の日を利用して

「子育て支援センターは何ヶ月になったら遊びに行っても良いのですか？」と質問されることがありますが、もちろん「何ヶ月でもどうぞ！」とお答えしています。お母さんの産後のお身体の調子やお子さんの体調によりますが、ちょっとお外の空気を吸いたいな、誰かとおしゃべりしたいなというお母さんの気分転換のためにもお気軽に遊びにいらしてくださいね。

午前のサークル活動では、毎月の身体測定や季節に合った活動を予定しています。



赤ちゃん達がゴロリーンとしているだけでかわいいのです



ぼくはズリズリすすめるんだ!

### ●お外が暑すぎたのでエンゼルの玄関でじゃがいも掘り

今年の夏は本当に暑かったですね！春に植えたじゃがいもの収穫時期！

プランターに植えたじゃがいもが沢山できていましたよ！プランターで簡単に栽培、収穫体験ができるのでオススメです。春に種芋を植えたら芽が出て、葉っぱがゆさゆさなって、枯れたらじゃがいもが出来るという春から夏のお楽しみをお家でもやってみてね！



じゃがいもをほったよ



## ～相談コーナー～「なにをするにもイヤばかりいうけれどどうする？」

2歳頃になるとなにをするにもイヤイヤと強い自己主張が目立ってきます。これも自立への1歩です。自我が育ち「じぶんで！」の気持ちの表れです。イヤイヤ期には、子どもの気持ちに寄り添うことが大切です。まず子どもの気持ちを受け止めてあげて落ちつかせてあげます。思うようにいかない時は「〇〇したかったね」と子どもの気持ちを代弁してあげましょう。「うまいくなくて残念だったね」という気持ちに共感するのも大事ですね。「ダメ！」と感情的に叱るのではなく、どうしていけないのかを顔を見て丁寧に話してあげましょう。よくできた時には、誉めてあげることも必要です。子どもたちの様子を見ていると「眠い」「思うようにいかない」「甘えたい」「お腹がすいた」「疲れた」という時に特にイヤが多い様に感じます。親御さんが、お子さんの1番の理解者、気持ちの代弁者となってあげられると、お子さんは安心ですね。

# ～参加申込み方法～

ご予約・お問い合わせは、0176-25-0441（スタジオエンゼル）まで。

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。お電話でご予約をお願いいたします。  
 （見学は開所時間中であればいつでもどうぞ！9：00～14：00※活動で不在の場合もあります）  
 当日でも空きがあればご参加いただけますので、お気軽にお問い合わせくださいね！  
 ＊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  
**ひよこ・かなりやサークルは9時頃から始まります。利用料は無料です。講習会等で参加費を頂く場合があります。**  
 ※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よろしくお願いいたします。

## 9月の予定

月	火	水	木	金	土
1 (ひよこ) 手作り おもちゃ	2 (かなりや) 手作り おもちゃ	3 (ひよこ) 絵の具で 遊ぼう	4 (おでかけ) おうま なかよし	5 (おでかけ) お散歩に いこう	
8 (育児講座) リフレッシュ 筋膜リリース	9 (かなりや) 孫心カード 作り	10 (ひよこ) 孫心カード 作り	11 (おでかけ) お散歩に いこう	12 開放日	
15 敬老の日	16 (かなりや) 身体測定	17 (ひよこ) 身体測定	18 (育児講座) 親子ヨガ	19 (おでかけ) 駒っこラ ンドで遊 ぼう	20 みきのフェ スティバル
22 開放日	23 秋分の日	24 (育児講座) 保育園入園 の仕方につ いて	25 (育児講座) リフレッシュ 筋膜リリース	26 開放日	27 開放日
29 (ひよこ・ かなりや) 誕生会	30 (かなりや) お散歩に 行こう				

## ～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：9月8日（月）25日（木）  
 10：00～11：00  
 ○講師：とわだこどもスポーツ教室  
 ○対象：親子9組まで  
 ○持ち物：汗拭きタオル、  
 水分補給するもの  
 動きやすい服装

◆親子ヨガ講習会  
 ○日時：9月18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

◆保育園の入園の仕方について  
 ○日時：9月24日（水）  
 10:00～11:00  
 ○講 師：十和田市役所こども支援課  
 ご担当者様  
 ○対 象：親子10組程度  
 保育園等に入園するために必要な書類や  
 手続きの方法を教えてください。

◆マタニティエンゼル  
 エンゼルのサークルにマタニティさんもご参加い  
 ただくことができます。先輩ママさんのお話を聞い  
 たり、赤ちゃんに触らせてもらったりと、これから  
 ご出産を控えたお母さん方にとって良い機会にな  
 るのではないのでしょうか。赤ちゃんが集まるひよこ  
 サークル(月・水曜9時～)各種講習会:木曜日10時  
 ～など都合が良いときにお気軽に遊びに来てみ  
 てくださいね！お問い合わせはエンゼルまで  
 TEL:0176-25-0441

◆秋のマーケット開催予告  
 毎回お楽しみいただいているエンゼルのマ  
 ーケット。いつもお下がりのお洋服などのご  
 出店ありがとうございます！さて、秋のマー  
 ケットは10月1日(水)～3日(金)を予定  
 しています。出店出来る方募集中です。  
 皆さんのご参加を楽しみにしております。

◆開放日～遊びの場～  
 ○日時：9月12日、22日、26日、27日  
 遊びの設定をたくさんご用意しています！  
 お気軽にお越しくださいね！  
 また、お母さん方で企画して自由にサー  
 クル活動を行うこともできますので、お気  
 軽にご相談くださいね！

◆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。気軽にお話して下さいね！  
 (事前に予約が必要ですので、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

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

◆お出かけエンゼル  
 ◆おうまと仲よし（親子乗馬体験）  
 ○日時：9月4日（木）  
 10:00～11:00  
 ○場所：十和田乗馬倶楽部  
 十和田市大字三本木字佐井幅 115-2  
 TEL:0176-26-2945  
 ○対象：1歳半以上の親子（5組程度）  
 ※ヘルメットを借りて親子で装着します  
 ※現地集合  
 詳細はエンゼルへお問い合わせください

◆お散歩にいこう！  
 ○日時：9月5日（金）、11日（木）  
 30日（火）  
 10:00～11:00 くらい  
 エンゼルから歩いてお散歩に行きましょう  
 ※水分・上着・帽子・着替え・ベビーカーなどお持ち下  
 さい  
 ※雨天の場合はエンゼルで遊びます

◆駒っこランドで遊ぼう  
 ○日時：9月19日（金）  
 10:00～11:00 くらい  
 ※現地集合



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、ぜひご活用くだ  
 さいね。  
 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♪