

子育て支援センター なえしろ

なえっこひろば



2025年11月

なえしろ保育園子育て支援センター
守山区野萩町2-61
(052) 793-1213

気持ちの良い秋晴れの空の下、冷たい風が季節の移ろいを感じさせてくれます。子どもたちは、落ちてくる葉っぱをひろっては、まねっこあそびや見立てあそびで楽しく遊んでいます。
支援センターでは今月もイベントをいくつか企画しています。
みんなで学び、楽しみましょう。

11月の予定

月	火	水	木	金
③ 祝 日	④ フリースペース	⑤ フリースペース	⑥ フリースペース	⑦子育て学習会 「お口の発達について」 保健センター・歯科衛生士さんより 10:15~11:15 要予約・人数制限なし
⑩ フリースペース	⑪ フリースペース	⑫ フリースペース	⑬ フリースペース	⑭ フリースペース
⑰ フリースペース	⑱ フリースペース	⑲ フリースペース	⑳ フリースペース	㉑園庭開放 10:20~11:10 要予約・人数制限なし
㉔ 祝 日	㉕ フリースペース	㉖ フリースペース	㉗お誕生日会 10:15~11:30	㉘ベビー&キッズマッサージ 10:15~11:15 要予約・15 家庭

お知らせ

- *お誕生日会は、予約不要・人数制限ありません。
お誕生月でないお子さんもフリースペースの参加は可能です。
- *イベントは、まれに日程が変更になる場合がありますのでご確認ください。イベント時のフリースペースは設けていません。確認してから来園してください。
- *フリースペースは月~金（午前 9:00~12:00、午後 15:00~17:00）開いています。
- *子育て相談は、随時受け付けています。
（栄養士、看護師との懇談を希望される方は事前にお知らせ下さい）
- *電話相談を受け付けています。（月~金）9:00~17:00
（土日祝・時間外のお電話はご遠慮ください）
- *一時保育の登録（説明）について
午後のフリースペースとイベントの日は行いませんので、希望される方はイベントの日以外の午前中にお尋ねください。
- *フリースペースへ来られる方は、10~12月の間、駐車場のご利用はできません。ご協力お願いします。

11/21(金) 園庭開放

※水分補給、帽子、着替え、汗拭きタオルをご持参ください。おうちの方も動きやすい服装でお越しください。

11/28(金) ベビー&キッズマッサージ

ゆったりした雰囲気の中、リラックスしながら、親子のスキンシップタイムを楽しみましょう。
0~2 歳児のお友だち対象です。
★ヨガマットがある方はお持ちください。バスタオルでもいいです。おうちの方も動きやすい服装でお越しください。水分補給も忘れずに！

子育てのワンポイント

丈夫な身体を作ろう！

このところ、急に朝晩冷え込んできました。そのため、着せるものに迷って相談してくるお母さん方も増えてきました。朝のうち冷え込みますが、お昼頃になると気温も上がります。着すぎには気をつけましょう。ベストや薄手の上着で調節できるといいですね。

そもそも薄着はなんのため？

「薄着」は“健康なからだ作りのための一つ”と考えています。子どもの健康なからだ作りのために、薄着、外遊び、散歩、体操などが行なわれています。また、「薄着」＝「動きやすい」ことも重要なポイントです。少しぐらい寒くても、からだを動かせば、からだは温まります。外で遊べる年齢のお子さんであれば、公園などの戸外で体をたくさん動かし元気に遊んでもらいたいですね。

薄着にすると、どうして健康なからだが作られる？

薄着にすることで、皮膚は「暑い」「寒い」などの適度な刺激を受けることになり、それによって本来持っている防御反応がより高まっていくのです。皮膚が敏感に「寒い」とか「暑い」という「刺激」を受けることで、血管の収縮、拡張といった働きが繰り返され、徐々にその働きが素早く行なわれるようになっていきます。こうして自律神経がバランス良く発達していくのです。自律神経のバランスが良くなると内分泌が盛んになり、免疫力も強くなっていきます。免疫力が強くなることで「病気になるにくい健康なからだ」になっていくというわけです。



実際に着せる服の枚数について

目安は「大人より 1枚少なく」と言われて、その日の天候、気温、湿度の状況、そして子どもの健康状態、生活や遊びの状況を観察しながら、子どもが元気に動き回っているようなら、それ以上着せる必要はありません。もちろん、子どもによって個人差を考慮しなくてははいけません。

無理は禁物ですが、つねに頭の片隅に「薄着を心がけよう」と気に留めておいて頂ければと思います。

今月の絵本

やまのおんがくか

水田詩仙／訳詩 ・ 鈴木幸枝／絵 ひさかたチャイルド

いもいも ほりほり

西村敏夫／作 ・ 講談社



12月の予定

- ☆ 5日(金) クリスマス飾りづくり
 - ☆ 16日(火) リトミック&クリスマス会
- 予約はそれぞれ一ヶ月前から受け付けています。
変更になる場合がありますので、詳細は電話などで確認してください。

今月のわらべうた

ぎっちょ めつめつ
こめつけこめつけ
ぎっちょ めつめつ
こめつけ こめつけ
こめつけた

今月のうた

<もみじ>



あかいあかい もみじのは
もみじのはっぱは きれいだな
ぱっとひろげた あかちゃんの
おててのようで かわいいな

<お願い>

- * 感染予防のため、体調の悪い時の参加は見合わせてください。
- * 小さなお子さんがおもちゃを口に入れて遊ぶこともあります。保育室に入る時は手洗いをお願いします。
- * 安全のため、靴下は脱いで遊びましょう。
- * 水分補給のお茶、必要な着替えをご用意ください。室内でのおやつはご遠慮ください。

* 駐車場について…10月から12月の間は、園の行事の関係で利用できません。

お間違えの無いよう、ご協力をお願いします。

1月以降、駐車場の利用を考えている方には説明させていただきますので、詳しくは支援センター担当へお尋ねください。

※初めて利用される方やまだ説明を受けていない方は説明させていただきますので、詳しくは支援センター担当へお尋ねください。

