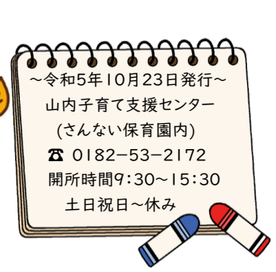
なかよし



木々が葉を落とし、秋の深まりとともに、朝夕肌寒い日が多くなってきました。11月7日は暦のうえでは冬が始まる「立冬」です。次第に北風が強くなって、冬がやってきますね。この時期は、感染症が流行したり、体調を崩したりしやすくなります。寒さが厳しい日には、にんじん・じゃがいも・玉ねぎ・かぼちゃなどの根菜類を食べて体をぽかぽかと暖めましょう。そして寒さに負けない体を作り冬を乗り切っていきましょう!!予防のために食前や外出後のうがい・手洗い、消毒もぜひ続けていきたいものですね♪

さ～て11月は★・・・。講師の先生をお招きしてお話を聞いたり、プラバン工作、クリスマス製作などがありますよ。の～んびりカフェ気分でゆっくりお茶っこタイム「ゆっくり♪ゆったり♪まったりと♪」も計画しました。日々の色々な悩みや疲れから少しだけ自分をリセット!ママさん同士やスタッフとたくさんおしゃべりをして、元気をフルチャージしましょう!皆さんの笑顔がたくさん見られる時間になりますように✨

《 11月の活動予定 》

日	月	火	水	木	金	土
	横手市の子育て情報が満載♪ 子育て情報サイト はぐはぐ https://www.haguhagu-yokote.jp		1 園開放	2 なかよし育児講座 ■こどもが伸びるお片付けの魔力 （山内地区交流センター研修室）	3 文化の日	4
5	6 園開放	7 園開放	8 園開放	9 園開放	10 園開放	11
12	13 園開放 プレママデー ■マタニティヨガ	14 プレママ&あかちゃんルーム ■ゆっくり♪ゆったり♪まったりと♪ （さんない保育園・なかよしルーム）	15 園開放	16 なかよし育児講座 ■プラバン工作しよう （さんない保育園・なかよしルーム）	17 園開放	18
19	20 園開放	21 プレママ&あかちゃんルーム ■新聞紙であそぼう （さんない保育園・なかよしルーム）	22 園開放	23 勤労感謝の日	24 ひろば ■スタンプを作ろう♡ （さんない保育園・なかよしルーム）	25
26	27 プレママデー ■毛糸でつくるクリスマスマスコット （さんない保育園・なかよしルーム）	28 園開放	29 園開放	30 園開放		

山内子育て支援センターは『明るくのびのび』イベントや育児講座の開催を行っています。
まだ遊びにいらしたことがない方も大歓迎です。の～んびりがお好きな方、ぜひ遊びに来てくださいね❤

≪プレママ&あかちゃんルーム≫

11月14日（火）「ゆっくり♪ゆったり♪まったりと♪」
あたたか～いお茶を飲みながらゆっくり、ティータイム☕こころも体もほっこり♡おしゃべりタイムを楽しみしょう!

11月21日（火）「新聞紙であそぼう」
まるめて、投げて、ちぎって、長くして・・・。遊び方いろいろ。アレンジ自在。ダイナミックに遊びましょう。

≪ひろば≫

11月24日（金）「スタンプを作ろう♡」
オリジナルのスタンプを作ろう!!どんなスタンプができるかな?かわいいスタンプができたら、ポンポンとたくさん押して親子で楽しみましょう!!
念の為、着替えをご持参いただくか、汚れても大丈夫な服装でおいでくださいね。

今月の予定

申込・問合せ先
山内子育て支援センター
☎ 0182-53-2172

≪なかよし育児講座≫

『子どもが伸びるお片付けの魔力』
整理収納アドバイザー、近千穂先生を講師にお招きして、大人が子どもに伝えるための「正しい片付けのやり方」を学びたいと思います。
親子で楽しめる「お片付けに結びつく遊び」も紹介してくださいます。
日時：令和5年11月2日（木） 10:00～11:30（受付9:45～）
場所：山内地区交流センター研修室（山内地域局2階）
対象：乳幼児親子　参加費：無料　託児：あります（4名まで）
定員：4名（定員になり次第締め切らせていただきます）
持ち物：いつものお出かけセット・おやつ・オムツ・飲物
申込期間：10月2日（月）～10月26日（木）

『プラバン工作しよう』
キャラクターやイニシャルなどデザインいろいろ。クレヨンやマジックで絵を描いてオリジナルのアクセサリーを作ってみませんか?
日時：令和5年11月16日（木） 10:00～11:30（受付9:45～）
場所：さんない保育園なかよしルーム
対象：乳幼児親子　参加費：無料　定員：5組程度
持ち物：いつものお出かけセット・ おやつ・オムツ・飲物
申込締切：11月9日（木）

12月のお知らせ≪予定≫

ウキウキワクワクの12月は・・・。
12/ 7　紙コップでつくる「クリスマス飾りつくり」
12/14　おしゃれな「お正月飾りつくり」
12/22　サンタさんに会える「クリスマス会」
などを計画していますよ。お友だちと楽しい時間を過ごしましょう!ぜひ遊びにいらしてくださいね♡お待ちしておりま～す。

≪プレママデー≫

『マタニティヨガ』

妊婦さん同士やスタッフとの交流をしたり、情報交換をしたりなど、あたたかな雰囲気でゆ～ったりとすごせますよ(#^.^#)
◆日時：令和5年11月13日（月）10:10～11:45（受付9:50～）
◆場所：Y²ぷらざ2階児童センター内
◆対象：医師・助産師さんから運動許可を得ている妊婦さん、妊婦さんではない子育て中の方
◆参加費：500円（当日徴収します）
◆定員：7名程度　※託児が必要な方は申込み時にお知らせください。（**妊婦さんのみ対象です**）
◆持ち物：ヨガマットまたは大判のバスタオル、汗拭きタオル、飲み物、ひざ掛け
◆服装：ストレッチ系（ジャージなど）の動きやすいもの
※裸足で行います
◆**申込締切：令和5年11月6日（月）**
◆申込・問合せ先
横手市子育て支援センター　☎ 0182-32-2426
※横手市内各子育て支援センターでも受け付けております。

『毛糸でつくるクリスマスマスコット』

最新のクルクルメーカーを使い、簡単にクリスマスマスコットを作りましょう。ツリーに飾っても良し!特別な場所においてもかわいいですよ。
家族みんなでほっこり気分♡お部屋を彩ってくれる1品を作ってみましょう。
◆日時：令和5年11月27日（月）10:00～11:30（受付9:45～）
◆場所：山内子育て支援センターなかよしルーム（さんない保育園内）
◆内容：くるくるメーカーによるマスコット作り
◆対象：妊婦さん・未就園児とその保護者
◆持ち物：飲み物・いつものお出かけセット
◆定員：4組（定員になり次第締め切らせていただきます）
◆参加費：無料
◆**申込締切：令和5年11月20日（月）**
◆申込・問合せ先
山内子育て支援センター　☎ 0182-53-2172
※横手市内各子育て支援センターでも受け付けております。