

**利用者支援 10月「さくらんぼ」のご案内** 相談受付（月～金 8:30～10:00）

- ※ さくらんぼを利用される際は、必ず電話での予約をお願いします。
- ※ 内容：18歳までの子育て家庭や妊婦の困りごとの相談（電話相談・来所相談）
- ※ 電話：さつま町利用者支援事業（認定こども園クオラキッズ内） ☎0996 53-1184  
さつま町子育て相談専用ダイヤル（子ども支援課内） ☎0996 52-3666



\* 屋地楽習館での相談日程 \* ※ 予約制

| 日（曜日）  | 10時00分～14時00分 | 日（曜日）  | 10時00分～14時00分 |
|--------|---------------|--------|---------------|
| 4日（月）  | 屋地楽習館（研修室）    | 6日（水）  | 屋地楽習館（研修室）    |
| 11日（月） | 屋地楽習館（研修室）    | 13日（水） | 屋地楽習館（研修室）    |
| 18日（月） | 屋地楽習館（研修室）    | 20日（水） | 屋地楽習館（研修室）    |
| 25日（月） | 屋地楽習館（研修室）    | 27日（水） | 屋地楽習館（研修室）    |

- ※ 感染予防拡大のために、日程が変更になることがあります。
- ※ 子育てサロン「ふれあい広場」は中止です。

**【さつま町月齢別健診のご案内】**

○ 今月の健診対象児は下記の通りです。役場より通知がありましたら、子どもの成長を確認し育児相談をする機会にもなりますので、必ず受けましょう。

- \* すくすく相談……………10月 1日（金）
- \* 2か月児（R3・7月生）…………… 10月12日（火）
- \* 4か月児（R3・4月, 5月生）…………… 10月13日（水）
- \* 7～8か月児（R3・2月生）……………10月15日（金）
- \* 1歳7～8か月児（R2・2月生）…………… 10月20日（水）
- \* 2歳3か月児（R1・6月生）…………… 10月 7日（木）
- \* 3歳児（H30・8月生）…………… 10月27日（水）



〈お問い合わせ先〉さつま町役場 子ども支援課 子ども健康係  
電話 53-1111（内線2141, 2142）

**薄着の習慣は秋からスタート**

肌寒くなってくると、つい子どもに厚着をさせたくくなりますが、子どもは意外と寒さに強いものです。冬に向けて抵抗力をつけ、丈夫な皮膚を作っていくためにも薄着を心がけていきましょう。

**薄着で過ごすコツ**

- 寒いときは薄手の上着で調節する
- 肌着を着て保温する
- おなかと背中が出ないようにする



☞ 薄着は運動能力の発達を促すともいわれます。モコモコ着込でいては、動きにくくて活動的になれません。元気に体を動かして遊べる子どもになるように薄着を習慣づけていきましょう。

☞ 大人より「少し遅く」「1枚少なく！」

大人が「長袖を着よう」と思ったとき、子どもには長袖にするのを少し遅らせ大人が重ね着するとき子どもは1枚少なく着せましょう。こうすると、着せる判断がつきやすく自然と薄着が習慣づけられます。

**子育て情報「すこやかネット」**

○ 24時間いつでも手軽に子育て情報がインターネットからご覧になれます。「すこやかネット」は、こちら

<https://www.qoler.jp.kids>

| 10月のテーマ |               |
|---------|---------------|
| 1       | 親子でほっこりタイム    |
| 2       | しつけのポイント      |
| 3       | 目によいビタミンA・B・C |
| 4       | 子どものかみつき      |

□ ここにこクッキング □

**【さつまいものコロケ】**

《材料》2人分

- さつまいも ……400g ハム……2枚
- コーン……50g 青のり……小さじ2
- 小麦粉、パン粉 ……各適宜 卵…1個
- キャベツのせん切り……2枚分

〈作り方〉

- ①さつまいもは2～3cm厚さに切って皮をむき、やわらかくゆでる。湯をきってボールに入れ、よくつぶす。  
ハムはあらみじに切る。コーンは、冷凍なら解凍し、缶詰なら汁をきる。
  - ②①の材料をまぜ合わせ、8等分して丸くまとめ、上下を平らにして形をととのえる。小麦粉、とき卵、青のりをまぜたパン粉の順に衣をつけ、180度の揚げ油で揚げる。
  - ③キャベツを添えて盛る。
- ☆ さつまいもの含め煮を再利用しても作れます。



**《絵本の紹介》**

☆ 対象年齢は大体の目安です。興味のあるものから家族みんなで読んでみましょう。

| 【絵本名】   | 【対象年齢】 | 【作家・画家】        | 【出版社】 |
|---|--------|----------------|-------|
| 【おせんべやけたかな】 ……0歳～                             | こがようこ  | 構成/文 降矢なな/絵    | 童心社   |
| ページをめくると、いちまいずつおせんべいがか焼けていきます。どのおせんべいがか焼けるかな？ |        |                |       |
| 【まくらちゃんです。】 ……1歳～                             |        | とよたかずひこ作/絵     | 童心社   |
| まくらちゃん一家は朝のたいそうをして、おひさまのもとへ。ふっくら、ふわふわになったら…。  |        |                |       |
| 【めのまどあけろ】 ……2～4歳                              |        | 谷川俊太郎 文/長新太 絵  | 福音館書店 |
| 子どもたちが、思わず口ずさんでみたくなるほどたのしい、現代のわらべうた絵本。        |        |                |       |
| 【いもほり】 ……3歳～                                  |        | はまのゆか/作・絵      | ほるぷ出版 |
| 幼いふたりが体験したいもほり・焼き芋はとっても楽しそう！行事の前後におすすめ。       |        |                |       |
| 【まいごのどんぐり】 ……4歳～                              |        | 松成真理子/作        | 童心社   |
| 小さな男の子とどんぐりの心の交流を、美しい絵と想いあふれる言葉でいきいきと描いた絵本。   |        |                |       |
| 【しっばいにかんばい】 ……5歳～                             |        | 宮川ひろ/作 小泉るみ子/作 | 童心社   |
| リレーの失敗で、おちこむ達也のおねえちゃん。そこに、おじいちゃんから電話がかかってきて。  |        |                |       |