



2022年 10月号
さつま町 子育て支援センター クオラ
〒895-1804 薩摩郡さつま町船木2336-1
TEL 0996 (53) 1184
開所曜日 (月~金)・開所時間 9時~14時



さわやかな風に、秋の深まりを感じる季節になりました。  
秋のゆたかな自然を親子で楽しみましょう。また旬の作物を  
おいしく食べて、みんなで元気に過ごしましょう。



育児サークル (親子遊びの会) ★たけのこコース (0歳~5歳児向け きょうだい可)

☆3密を避け感染防止をはかるため、事前に電話にて予約をお願いします。(先着 5組)

日程	10:00.....プログラム活動.....12:00 解散		
10月	活 動	内 容	準 備 品
7日 (金) 会場	公園で遊ぼう <b>ふるさとゾーン (先着 5組)</b> (北薩広域公園)	秋の公園で虫や草花にふれたり、親子や友だちと遊具で遊びましょう。 <b>※雨天時はひまわり館でたけのこランド</b>	飲み物(麦茶・白湯) 帽子・着替え
14日 (金) 会場	わらべ歌遊びをしよう <b>(先着 5組)</b> (ひまわり館)	わらべうた遊びを親子や友だちといっしょに楽しみましょう。	飲み物(麦茶・白湯)
21日 (金) 会場	運動会ごっこをしよう <b>(先着 5組)</b> (ひまわり館)	親子や友だちと体を動かし、運動会ごっこを体験しましょう。	飲み物(麦茶・白湯)
28日 (金) 会場	運動会ごっこをしよう <b>(先着 5組)</b> (ひまわり館)	親子や友だちと体を動かし、運動会ごっこを体験しましょう。	飲み物(麦茶・白湯)

育児サークル (親子遊びの会) ♥たけびよコース ☆どなたでも参加できます!

4日 (火) 会場	公園で遊ぼう 宮之城総合体育館の横(先着 5組) (緑地公園)	秋の公園で虫や草花にふれたり、親子や友だちと遊具で遊びましょう。 <b>※雨天時はひまわり館でたけびよランド</b>	飲み物(麦茶・白湯) 帽子・着替え
11日 (火) 会場	たけびよランドで遊ぼう <b>(先着 5組)</b> (虎居地区公民館)	好きな遊びを見つけて親子や友だちと遊び、育児の情報交換をしましょう。	飲み物(麦茶・白湯)
18日 (火) 会場	公園で遊ぼう <b>ふるさとゾーン (先着 5組)</b> (北薩広域公園)	秋の公園で虫や草花にふれたり、親子や友だちと遊具で遊びましょう。 <b>※雨天時はひまわり館でたけびよランド</b>	飲み物(麦茶・白湯) 帽子・着替え
25日 (火) 会場	運動会ごっこをしよう <b>(先着 5組)</b> (ひまわり館)	親子や友だちと体を動かし、運動会ごっこを体験しましょう。	飲み物(麦茶・白湯)



育児サークル（親子遊びの会）★ **ぴよぴよコース** （0歳～2歳になるまで、きょうだい可）

☆ 3密を避け感染防止をはかるため、事前に電話にて予約をお願いします。（先着 3組）

日 程	10:00……………プログラム活動……………12:00 解散
6日（木）……………虎居地区公民館（先着 3組）	13日（木）……………宮之城保健センター（先着 3組）
わらべうた遊びをしよう	うんどう会ごっこをしよう
20日（木）……………宮之城保健センター（先着 3組）	27日（木）……………宮之城保健センター（先着 3組）
ベビーマッサージをしよう	うんどう会ごっこをしよう
※ 育児相談は、電話相談にて通常通り行っています。 ♡ ママ友を作り、情報交換を楽しみましょう。	※ 水分補給の飲み物は、白湯、麦茶を準備して下さい。 ※ 乳児はバスタオルを持ってきて下さい。

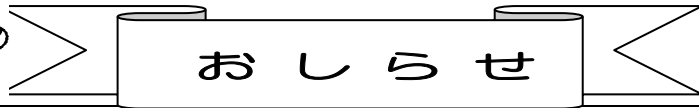
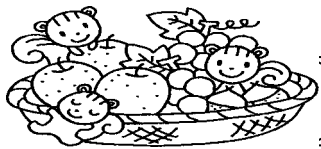
□育児サークルに初めて参加される方は、**同意書がありますので印鑑を持参して下さい。**

□たけのこ便りはさつま町役場（各支所）、教育委員会、こども図書館（えほんの森）、ひまわり館、宮之城保健センター、虎居地区公民館、Aコープさつま店、郵便局（山崎、船木、佐志、湯田）鹿兒島銀行、プラッセだいわ宮之城店、県立北薩広域公園に置いてありますのでご自由にお取り下さい。

□育児相談はサークル利用の際も受け付けます。

□活動内容によって、会場に変更がありますので間違いのないように注意してください。

またわからないことがあれば、当センターへお問い合わせください。TEL 53-1184



### 【ベビーマッサージのご案内】

○親子のスキンシップ、ベビーマッサージを体験してみませんか？

親子ともに心まで癒されてください。 ※対象児は生後8ヶ月までの乳児・予約制（3組）です。

\*日時：10月20日（木） AM10時30分～

\*場所：宮之城保健センター ※バスタオル2枚・ミルク・白湯等をご持参ください。

\*講師：岩元妙子 先生

### 【親子で運動会ごっこの案内】

♡ 親子で運動会ごっこを楽しみませんか？

・ **ぴよぴよコース**…………… 10/13（木）・10/27（木） 午前10時30分～ 先着3組

・ **たけのこ・たけぴよコース**……………10/21・28（金）・10/25（火） 午前10時30分～ 先着5組

☆ 参加申し込みは、サークル時もしくは電話で受け付けます。

☆ 各日程の会場は確認してください。

☆ **おみやげ**もあります。 ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止することもあります。



### 【リモートおしゃべり会 リモ\*ママのご案内】 \* ママ友とのおしゃべりと育児相談もできます



日程：10月12日（水）10時30分～ \* 参加の場合は15分前から入室出来ます～約30分ほどの予定～

\* 予約については、TEL 53-1184まで

### 【お知らせとお願い】

※ 急きょ 育児サークルの活動を変更したり、お休みをさせていただくこともありますのでご了承ください。



## 利用者支援 10月「さくらんぼ」のご案内



- ※ 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・訪問相談）
- ※ 電話：さつま町利用者支援事業（認定こども園クオキッズ内） ☎996 53 -1184  
 さつま町子育て相談専用ダイヤル（子ども支援課内） ☎996 52 -3666

\* 宮之城保健センターでの相談日程 \*

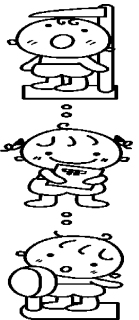
※ 予約制

日（曜日）	10時00分～14時00分	日（曜日）	10時00分～14時00分
3日（月）	相談室	5日（水）	相談室
11日（火）	相談室	12日（水）	相談室
17日（月）	相談室	19日（水）	相談室
24日（月）	相談室	26日（水）	楽習館
31日（月）	相談室		

※ 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】

- 2か月児から3歳児までの健診・相談は、該当者に子ども支援課より個別通知があります。日程はさつま町ホームページか個別通知をご確認ください。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。



健診

- ・ すくすく相談《予約制》 10月 7日（金）
- ・ むし歯予防の日（フッ化物塗布）《予約制》（宮之城保健センター）  
 日程はさつま町ホームページをご確認ください。



むし歯予防

- ・ えほんの森 《予約制》 10月 28日（金）（薩摩支所こども図書館）  
 〈 予約・お問い合わせ 〉  
 子ども支援課子ども健康係  
 電話 53-1111 内線（2142）  
 受付時間：月曜日から金曜日 8:30～17:15

## 10月は3R\*推進月間

\*3R（スリーアール）とは、

リデュース（Reduce）、リユース（Reuse）、リサイクル（Recycle）の3つのRの総称です。リデュースは、ものを大切に使い、ごみを減らすことです。リユースは、ものをくり返し使うことです。リサイクルは、使い終わったものを資源として再び利用することです。3Rを実践するとごみを減らすことができ、環境への重荷を少なくすることができます。子どもといっしょに取り組んでみませんか。家族で考えてみる機会にしてみましょう。

### 【ペットボトルのキャップを集めてみませんか？】

♡ 「エコキャップ」で、世界の子どもたちにワクチンを提供する支援活動に参加してみませんか。

\* ご家庭で、集められたペットボトルのキャップをサークル参加の時にお持ちください。

子どもと遊び感覚で、エコキャップを集めてみましょう。



# 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>

□ にこにこクッキング □

## 【 さつま汁 】

≪ 材料 ≫ 4人分

さつまいも	80g	大根	80g
人参	80g	ごぼう	60g
こんにゃく	40g	だし汁	2カップ
みそ	大さじ2	鶏肉	80g
みりん	大さじ2	ねぎ	少々
白すりごま	小さじ1		

①

### ＜ 作り方 ＞

- ① さつまいもは皮つきのまま一口大、大根、人参はいちょう切りにする。ごぼうは乱切りで水にさらし、こんにゃくは一口大、鶏肉は食べやすく切る。
  - ② 鍋にだし汁、①を入れ煮立たせ弱火で5分程煮て、食べやすく切った鶏肉を加えアクをとりつつ煮る。
  - ③ ②に①を加え、白ごまを加え味を調える。  
最後にねぎを入れればできあがり！
- ♡ 旬の野菜をおいしくいただきます♪

	10月のテーマ
1	子どものおねしょ
2	季節を感じながら子育て
3	子どものうそ
4	子どもの寒暖差アレルギー

## 《 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。

☺ 屋地楽習館図書室 ♡ こども図書館-えほんの森- ✨ 鶴田中央公民館図書室

開館時間：午前9時-午後5時半/休館日：月曜日 10/10日(月)祝日開館、翌11日休館/第3日曜日：10/16

上記マーク表示のさつま町内・図書室で本を借りることができます。



〔図書館〕	〔絵本名〕	〔対象年齢〕	〔作家・画家〕	〔出版社〕
☺♡⇨	【うたえほん】	0歳～	つちだよしはる絵	グランママ社
	赤ちゃんから子どもまで、繰り返し歌ってあげたい童謡わらべ唄の定番26曲。			
☺ ⇨	【いっぽんばし にほんばし】	1歳～	中川ひろたか作 湯浅とんぼ原詩	アリス館
	みんなが知っている「いっぽんばし にほんばし」が音符つき絵本になりました。			
	【ちいちゃんときのぼり】	2歳～	しみずみちお作	ほるぷ出版
	ちいちゃんが木にのぼるのを見て、ちいちゃんもちょうせんしますが、できるかな？			
☺ ⇨	【あおくんときいろちゃん】	3歳～	レオ・レオニー/作 藤田圭雄/訳	至光社
	絵の具で描かれた青や黄色のまるが生き生きと動き回り、夢と感動を与えてくれる。			
	【どろぼうがっこう だいうんどうかい】	4歳～	かこさとし/作・絵	偕成社
	愉快的な競技やあきす音頭と、楽しい大運動会でしたが、とつぜん邪魔がはいて・・・			
☺ ⇨	【ちいさいおうち】	5歳～	バージニア・リー・パートン文・絵 石井桃子訳	岩波書店
	静かな田舎に、ちいさいおうちがたっていました。やがて、まわりに工場ができ・・・			