

# かるがも

10  
月号

鶴ヶ島子育てセンター  
(鶴ヶ島保育所内)

鶴ヶ島市脚折 1922-23 ☎ 286-7201

少しずつ秋の色が濃くなってきました

秋には 夏の日差しをたっぷり浴びて育った果物や野菜  
冬に備えて栄養を蓄えた たくさんの魚介類が旬を迎えます

「食欲の秋」の由来には

旬を迎えるおいしい食べ物が一番多い季節だから  
という説もあるそうです

過ごしやすい季節 食欲も増す季節 「おいしい秋♡」を楽しみましょう

## 遊びに来てね！ パパの園庭開放

### パパとあそぼう！ ～パパの園庭開放～

保育室には手作りおもちゃや絵本があります。  
園庭の砂場や遊具でも遊んでね♡

今月の《わくわくタイム》は『コロコロつるゴン』を作ります

【日時】10月19日(土) 9:30～11:30

【場所】鶴ヶ島保育所 園庭・保育室

【対象】0歳～就学前のお子さんと父親

【持ち物】飲み物、着替えなど

★パパが参加できない場合は、父親以外の保護者も参加できます

市外在住の方も、保育所や幼稚園に通っているお子さんも参加できます

申込みはいりません  
時間内に来てね！

赤ちゃんも大歓迎！  
雨天でも保育室で遊べます♪

そのあいだ、ママは自由な  
時間を過ごすのもイイね♡



市ホームページもみてね♡

ちょこっと時間に♪  
すぐできる！

# スキンシップあそび

おむつ替えの時に、お風呂上がりに、就寝前に……

毎日のちょっとした時間にできる『おすすめ♡スキンシップあそび』です。やってみてね♪

## お着替えしながら♡



着替え途中、服で顔を隠して「いない いない ばあ！」  
仰向けでも、座ったまま、立ったままでもできます♪

＊仰向け時、赤ちゃんの口や鼻がふさがらないように気をつけましょう。

## おむつ替えをする前、終わった後に♡



ねんねの赤ちゃんの腕やおなか、ぽっぺを指でトコトコトコ…

「ちょちょあそび」も喜ぶかも♡

わらべうた「いっぽんばし ちょちょ」の歌に合わせても♪

＊目を見ながら「おむつを取り替えようね～」、替え終わった後に  
「すっきりしたね」「気持ちいいね」と笑顔で話しかけましょう。

## お風呂上がり、服を着る前に♡



バスタオルでからだを拭きながら「いない いない ばあ！」  
顔、おなか、背中、足を「なでなで～」と、優しくさすったり、  
「あんよ、のびのび～」と、両足をゆっくり曲げたり伸ばしたり。  
童謡など、ゆったりテンポの歌に合わせてもいいね！

＊赤ちゃんの肌はデリケートなので、やさしくタッチしましょう。

## 寝る前に、布団の上で♡



向かい合うように抱っこしながら、からだをゆっくり布団の上に  
倒して……おなかの上で「ラッコあそび」  
左右にゆらゆら～ゆっくり揺れてみて♪

＊こどもの口が大人の衣服でふさがらないように気をつけましょう。

◆スキンシップ遊びは、こどもがびっくりしないよう、声をかけてから  
始めましょう。

◆「楽しんでいるかな？」「怖がったり嫌がったりしていないかな？」  
表情を見ながら、こどものキモチに合わせて、ゆったりした気持ちで  
ふれあいましょう。

スキンシップあそびは  
ちょっとした時間でもできます

パパ・ママも  
楽しんでね♡



鶴ヶ島子育てセンター 子育て講座

# グリーンティーでほっとタイム

緑茶のおいしい淹れ方を学んで

ほっとひと息♡ティータイム

ココロとからだのリフレッシュしましょ♪

【日 時】 10月22日(火) 10:15~11:45

【会 場】 女性センター 第1講習室

【講 師】 鶴ヶ島市茶業研究会

【対 象】 0歳から未就学児の保護者 15名(1世帯1名・申込み順)

\*安全を考慮し、会場へのお子さんの入室はできません

【持ち物】 湯のみまたはマグカップ、筆記具など

【参加費】 190円(菓子代として)

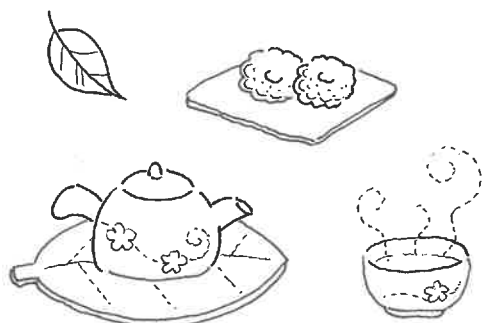
【保 育】 1歳から3歳のお子さん 15名(要申込み)



【申込み】 10月3日(木) から

申込フォームまたは電話 049-286-7201

鶴ヶ島子育てセンター(土日祝除く 9時から 17時)





鶴ヶ島子育てセンター「子育て講座」

# おやこで秋を楽しもう



落ち葉のカーペット、小さなどんぐり…  
お散歩バッグを持って 秋の自然を感じながら 戸外遊びを楽しもう！



【日 時】 11月7日（木） 10:15 ~ 11:30

ビニール袋の  
Bagも作るよ♡

【会 場】 富士見中央近隣公園（5分前に★マークの場所に集合）

\*雨天時は、富士見市民センターで遊びます

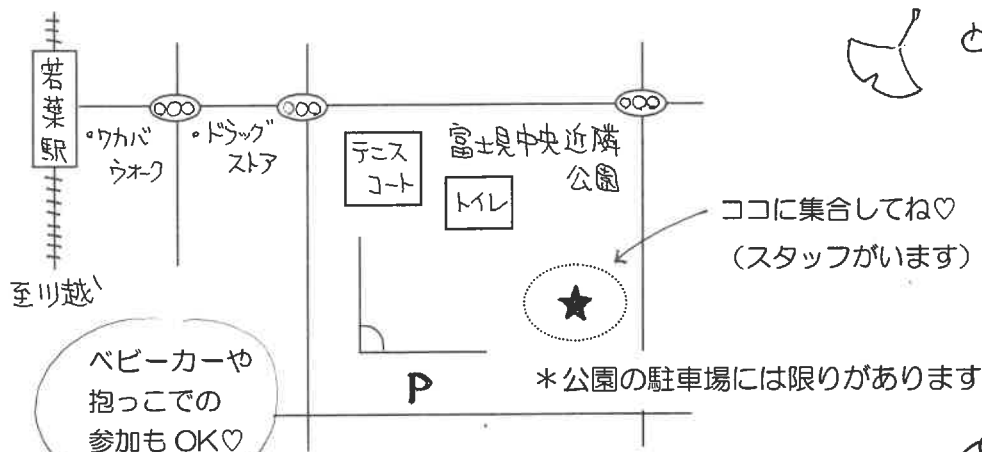
ふれあいあそびや新聞ビリビリもやってみよう！

\*会場判断に迷う場合は、当日9時以降に電話にてお問合せください



【対 象】 0歳～3歳のお子さんと保護者 15組（申込み順）

【持ち物】 飲み物、タオルなど



【申込み】 10月7日（月）から 申込みフォームまたは電話  
鶴ヶ島子育てセンター(鶴ヶ島保育所内)  
049-286-7201（土日除く9時～16時）



# 10月 つるがしま子育てセンターの予定



手作りおもちゃで自由に遊んだり、おしゃべりをしたり……

《すくすく子育て通信》

「つどいの広場」「こそだてひろば」「園庭開放」は、0歳から就学前のお子さんとママ、パパが気軽に立ち寄り遊べる場所です。おじいちゃん、おばあちゃんも参加できます。

時間内は出入り自由、予約はいりません。

保育士が、子育て相談や育児に関する情報の提供も行っています。



## 『つどいの広場』

《場所》 女性センター 1階 託児室

《開室時間》 午前 9:00~12:00

午後 13:30~15:30

## 『つどいの広場～園庭開放の日～』

《場所》 鶴ヶ島保育所 園庭・保育室

《開室時間》 午前 9:00~12:00

※保育室開放は9:30~11:00まで

## 『こそだてひろば』

《場所》 富士見市民センター 1階 集会室

《開室時間》 午前 10:00~11:30

## 『パパとあそぼう！～パパの園庭開放～』

《場所》 鶴ヶ島保育所 園庭・保育室

《開室時間》 午前 9:30~11:30

《問合せ先》 鶴ヶ島子育てセンター 049-286-7201  
(月～金 8:30~17:00 土日祝日除く)

※発熱や体調不良、風邪症状がある場合は、来室をお控え下さい。

※マスクの着用は、個人の判断に委ねます。

| 日  | 月                            | 火                                 | 水                | 木                            | 金                               | 土      |
|----|------------------------------|-----------------------------------|------------------|------------------------------|---------------------------------|--------|
|    |                              | 1<br>午前 つどいの広場<br>午後 つどいの広場       | 2<br>午前 こそだてひろば  | 3<br>午前 つどいの広場<br>午後 つどいの広場  | 4                               | 5<br>  |
| 6  | 7<br>午前 つどいの広場<br>午後 つどいの広場  | 8<br>午前 つどいの広場<br>午後 つどいの広場       | 9<br>午前 こそだてひろば  | 10<br>午前 園庭開放<br>午後 つどいの広場   | 11                              | 12<br> |
| 13 | 14<br>スポーツの日                 | 15<br>午前 つどいの広場<br>午後 つどいの広場      | 16<br>午前 こそだてひろば | 17<br>午前 つどいの広場<br>午後 つどいの広場 | 18                              | 19<br> |
| 20 | 21<br>午前 つどいの広場<br>午後 つどいの広場 | 22 【子育て講座】<br>『グリーンティで<br>ほっとタイム』 | 23<br>午前 こそだてひろば | 24<br>午前 園庭開放<br>            | 10月19日<br>パパとあそぼう！<br>～パパの園庭開放～ |        |
| 27 | 28<br>午前 つどいの広場<br>午後 つどいの広場 | 29<br>午前 つどいの広場<br>午後 つどいの広場      | 30<br>           | 31<br>午前 つどいの広場<br>午後 つどいの広場 |                                 |        |

※悪天候の場合、「つどいの広場」等を閉室する場合があります。※駐車場は他の施設と共通の為、混雑する場合があります。