

なかよし広場だより

令和８年度１１月号

東員町子育て支援センター
（ふれあいセンター２階）
東員町山田２０１３番地
TEL：０５９４－８６－２８７６
FAX：０５９４－７６－１５６６
メール：nakayosi@town.toin.lg.jp

１１月の行事予定

※赤字は予約になります。

利用時間 午前　９：００～１２：００
午後　１３：３０～１６：００ ※途中、整理整頓の時間があります。

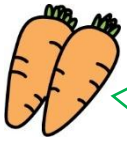
１	日	お休み	１６	月	親子ミニサロン「子どもへの関わり方」
２	月		１７	火	ほんわかシアターによる人形劇
３	火	お休み（文化の日）	１８	水	育児相談
４	水		１９	木	
５	木		２０	金	
６	金		２１	土	お休み
７	土	親子ふれあい広場「公園へ行こう！」	２２	日	お休み
８	日	お休み	２３	月	お休み（勤労感謝の日）
９	月		２４	火	
１０	火	朗読ひばりの会	２５	水	ぴょんぴょんランド「制作」
１１	水		２６	木	赤ちゃんサロン
１２	木		２７	金	
１３	金		２８	土	お休み
１４	土	お休み　マタニティ教室②	２９	日	お休み
１５	日	お休み	３０	月	

ちょこっとコラム



食欲の秋

秋も一段と深まり、美味しい食べ物が多いこの季節は、食欲が増してきます。季節の代わり目は体調を崩しやすいので、三食きちんと食べて元気な体作りをしていきたいですね。



人参の栄養

B-カロテンがたっぷり！
体の中でビタミンＡに
変わり、目や皮膚、粘膜の
健康を守ってくれます！

かぶの栄養

ビタミンＣや食物繊維
カリウムが含まれていて
お腹の調子を整えて
くれます。葉にも栄養が
たっぷり！







食べ物の好き嫌い

子どもは３歳ごろから好き嫌いがでてきます。
口当たり・苦味・匂いなど、嫌いな原因は色々あり、本能的に感じるものもあるようですが、味覚が発達してくると食べられるようになってきます。苦手な野菜の代わりに他の野菜で栄養を補ったり、切り方や調理の仕方を工夫したりして、楽しく食べることが一番ですね。



イベントのお知らせ



※11月の土曜開放日は
親子ふれあい広場開催のため、お休みになります。

親子ふれあい広場　要予約

「公園へ行こう！」

日にち：１１月７日（土）
時　間：１０：００～１１：００
受付時間：９：45～10：００
集合場所：中部公園 BBQ 施設
服　　装：動きやすい服装
持 ち 物：水分補給用飲み物・汗拭き用タオル
　　ピクニックシート（荷物置き用）
定　　員：１５組程度
対 象 児：令和５年４月２日～令和７年４月１日生まれのお子さんとその保護者
　　※対象外のお子さんを同伴される場合は保護者お二人でのご参加をお願いします。
予約開始日：１０月２日（金）
※雨天時は中止になります。
今回の親子ふれあい広場は中部公園で遊びます！
親子で触れ合い遊びを楽しんだり、かけっこ・どんぐり・落ち葉拾いなど季節ならではの遊びもします♪

「朗読ひばりの会」による読み聞かせ

日にち：１１月１０日（火）
時　間：１０：００～１０：１５頃
親子で楽しめる絵本や紙芝居の読み聞かせです。

親子ミニサロン　要予約

「子どもへの関わり方について聞いてみよう！」

日にち：１１月１６日（月）
時　間：１０：００～11：３０
【１０：００～１０：３０】講話
【１０：３０～１１：３０】個別相談（希望者）
※個別相談の時間によって終了時間が異なります。
定　員：１０組程度
予約開始日：１０月２日（金）

言語聴覚士の方にお越しいただき、言葉・コミュニケーション・遊びなどについてお話していただきます。

ほんわかシアターによる『人形劇』　要予約

日　時：１１月１７日（火）
　　１０：４５～１１：１５
定　員：２０組程度
場　所：ふれあいセンター　１階会議室
演　目：「わくわくおもしろ音楽会」
　　「三匹のこぶた」
予約開始日：１０月２日（金）

しかけ絵本の中に隠れているいろいろな歌をみんなは見つけられるかな！？台所にあるものがあっという間にあの名作に大変身！！





ぴょんぴょんランド教室

「新聞紙でサツマイモを作ろう！」　要予約

日にち：１１月２５日（水）
時　間１０：００～１１：００
定　員：１０組程度
対象児：令和５年４月２日～令和６年４月１日生まれのお子さんとその保護者
予約開始日：１１月６日（金）

親子で簡単な制作遊びをします。今回は新聞紙・折り紙を使ってサツマイモを作り親子でお芋堀りを楽しみます！