



# ぴよっこ通信 10月号



桜川市子育て支援センターまがへ発行 2018年10月号  
 桜川市真壁町山尾604番地1  
 真壁福祉センター 0296-54-2361  
 子育てルーム専用 0296-55-5131

爽やかな秋風がそよぎ、過ごしやすい季節となりました。高い空を見上げて秋の自然をたくさん感じながら親子で長めのお散歩を楽しんではいかがでしょうか。

秋ならではの美味しい味覚も沢山ありますよね。新米のごはん、柿、栗など、旬のものをたくさん食べて体を動かし、冬に向けて丈夫なからだ作りをし、そして免疫力を向上させていきましょう。

朝晩と日中の寒暖差が大きいので、長袖のシャツや羽織り物を持ち歩くと便利です。



## 10月の予定



日	月	火	水	木	金	土
	1 am すくすく ふわっとハロウィンおばけ pm ぴよっこ	2	3 am ミニ講座①(予約必要) さつまいもほり隊 pm ぴよっこ	4	5 am すくすく ふわっとハロウィンおばけ pm ぴよっこ	6
7	8 体育の日	9	10 am ミニ講座②(予約必要) 秋のおにぎり会 pm ママの講座(予約必要) ママカルチャールーム	11	12 am ミニ講座③(予約必要) 光る!ジャック・オ・ランタン作り pm ぴよっこ	13
14	15 am すくすく ふわっとハロウィンおばけ pm よちよち(自由参加) 0歳児のお部屋	16	17 am すくすく ふわっとハロウィンおばけ pm ぴよっこ	18	19 am すくすく ふわっとハロウィンおばけ pm ぴよっこ	20
21	22 am すくすく ふわっとハロウィンおばけ pm ぴよっこ	23	24 am すくすく 身体測定 pm ママの講座(予約必要) ママカルチャールーム	25	26 am すくすく ふわっとハロウィンおばけ pm ぴよっこ	27
28	29 am すくすく ふわっとハロウィンおばけ pm ぴよっこ	30	31 am すくすく ふわっとハロウィンおばけ pm ぴよっこ			
＜午前＞9:30~12:00		＜午後＞1:00~3:30		子育て支援センター真壁 開所日 月・水・金 (9:30~12:00,13:00~15:30)		
ア	すくすくルーム (テーマあそびと自由あそび)	ぴよっこルーム・ママの講座 (フリールーム・ママのための講座)		※祝祭日はお休みとなります		
イ	ミニ講座 (イベント・講話・親子製作)	よちよちルーム(0歳児専用) よちよち以外の日も0歳児の利用可能です。				
★子育て相談・・・子育てで心配なこと、悩み、どんな小さなことでも気軽にご相談下さい。 開所日以外でも大丈夫です。お電話ください。						
○支援センターに遊びに来るときは、水分補給の飲み物やタオル等を持参しましょう。						



### 10月のミニ講座①

#### 「さつまいもほり隊」

日時・・・10月3日(水) 10:00から  
 ☆みんなでさつまいもを掘ろう。(予約必要)  
 詳しくは、スタッフまで・・・



### 10月のミニ講座③

#### 「光る!ジャック・オ・ランタン作り」

日時・・・10月12日(金) 10:00から  
 (予約必要)  
 ☆おばけかぼちゃのランタンを作ります。  
 LEDライトで光りますよ。

持ち物・・・はさみ、のり、セロハンテープ  
 すきなシール



### 身体測定

日時・・・10月24(水) 10:00から  
 (自由参加)  
 ☆測定したい方は、10:30までに来所してください。  
 母子手帳を持参してください。

### 10月のミニ講座②

#### 「秋のおにぎり会」

日時・・・10月10日(水) 10:00から  
 ☆親子でおにぎりを握りますよ。(予約必要)  
 詳しくは、スタッフまで・・・



### ママの講座

#### 「ママカルチャールーム」

日時・・・10月10、24日(水) 13:00から  
 詳しくはスタッフまで・・・(予約必要)



### ちょこっといい話

### 「地元食材を食べよう」



地元でとれた物を地元の人たちが消費する「地産地消」。地産地消には、その土地の風土に合ったおいしい物が安全に食べられ、郷土料理の伝承で地域の文化が守られる、輸送のためのエネルギーの削減や地域経済の活性化で地元が元気になるなど、さまざまなよい面があります。日頃から地域のものを食べることで食への関心が深まると、生産者への感謝にもつながります。地元産の栄養価の高い旬のもので食卓を彩り、心も体も豊かに過ごしましょう。