

# ぱびいら 10月号



令和6年10月 No.186

発行：鹿児島純心大学附属 純心幼稚園  
子育て支援センターぱびいら

9月は、敬老の日プレゼントを作ったり、お友達と楽しく遊びましたね。10月は足形シールアート、はじめての運動会、秋の飾りを作ろう、畑のじかん、誕生カード、季節を楽しむクッキングを開催します。お母さんの活動は骨盤力整体、整えトリートメント、子育てママのためのカウンセリング、はじめてさんの発酵食入門、やってみようピラティス、産後ケア、ていねいな暮らし、整えトリートメントをご用意してお待ちしております。

## 10月の予定表

日	曜日	活動内容	対象年齢	活動時間	園庭・室内開放	昼食	
1	火	★足形シールアート	0歳児	9:50~11:00	11:00~15:00	○	
2	水	★骨盤力整体	年齢制限なし	9:00~12:00	13:00~15:00	×	
3	木	閉所（5日の振替休日）					
4	金	★整えトリートメント	年齢制限なし	9:30~15:10		×	
5	土	★はじめての運動会/電話相談	年齢制限なし	9:45~10:30		×	
6	日	閉所					
7	月	★子育てママのためのカウンセリング	年齢制限なし	13:00~15:00	9:00~12:00	×	
8	火	★秋のかざりを作ろう	1.2歳児	9:50~11:00	11:00~15:00	○	
9	水	園庭室内開放	年齢制限なし	⇒	9:00~15:00	○	
10	木	園庭室内開放	年齢制限なし	⇒	9:00~15:00	○	
11	金	★整えトリートメント	年齢制限なし	9:30~15:10		×	
12	土	閉所					
13	日	閉所					
14	月	閉所（スポーツの日）					
15	火	閉所（19日の振替休日）					
16	水	園庭室内開放	年齢制限なし	⇒	9:00~15:00	○	
17	木	園庭室内開放	年齢制限なし	⇒	9:00~15:00	○	
18	金	★はじめてさんの発酵食入門	年齢制限なし	9:50~11:00	11:00~15:00	○	
19	土	★畑のじかん（芋ほり）/電話相談	年齢制限なし	9:00~10:30	10:30~12:00	×	
20	日	閉所					
21	月	★誕生カードを作ろう	10月生まれのお友達	9:50~11:00	11:00~15:00	○	
22	火	★やってみよう！ピラティス	年齢制限なし	9:50~11:00	11:00~15:00	○	
23	水	園庭室内開放	年齢制限なし	⇒	9:00~15:00	○	
24	木	★産後ケア	年齢制限なし	10:00~12:00	13:00~15:00	×	
25	金	★ていねいな暮らし#SDGs	年齢制限なし	9:50~11:00	11:00~15:00	○	
26	土	閉所					
27	日	閉所					
28	月	★季節を楽しむクッキング/電話相談	年齢制限なし	9:50~11:00	11:00~12:00	×	
29	火	園庭室内開放	年齢制限なし	⇒	9:00~15:00	○	
30	水	園庭室内開放	年齢制限なし	⇒	9:00~15:00	○	
31	木	園庭室内開放	年齢制限なし	⇒	9:00~15:00	○	

### 【ご利用方法について】

毎日の利用がアプリにて申込、入退室になります。新規利用の方、久しぶりの利用の方でアプリの登録をされていない方は、アプリ登録後ご利用できません。申し込み方法・入退室についてお伝えいたします。毎日登録できますので、登録されたい方は電話にてご連絡ください。登録の際は、携帯電話をお持ちになり、朝の体温を測ってきてください。

連絡先 0996-25-1815

### 【園庭・室内開放について】

アプリより利用当日予約申込みしてください。左側の園庭室内開放と書いてある時間、自由に利用できます。

※昼食時間を利用できる日は、予定表の昼食○の日です。親子でお弁当等を持参してご利用ください。また、12時から12時45分の間は清掃の為、こあらの部屋は利用できませんので、ご了承ください。

※検温のご協力をお願い致します。

体調の悪い方は、利用をご遠慮ください。

### 【★活動について】

★活動への予約は専用アプリより4日前までに予約申込みください。電話での受付はいたしません。

★予約活動日も9時開所となります。

★料金のかかる活動（材料費等）については、講師の先生より領収書を発行いたします。

★マーク 黄色は親子での活動です。ピンクはお母さんの活動の日となります。

### 【活動への参加について】

初めて支援センターを利用されたり、久しぶりに利用された時が集団活動や託児の場合、子ども達は不安になったり戸惑ったりしますので、環境や保育士に慣れた状況でご参加をお願いいたします。

### 【託児の際、準備するものについて】 託児道具

着替え・水筒・タオル・帽子・おむつ・ミルク（必要な方のみ）を袋にいれすべてに記名をお願いいたします。歩ける子は靴（記名）をご準備下さい。

※上着・靴にも記名をお願いいたします。

### 【電話相談について】

電話相談日は15時までの対応となります。

<p><b>【ぱびいら新規登録】 ※電話予約</b>            アプリの使い方や、申込みの仕方、入退室の方法などをお伝えします。※新規の方・アプリ登録されていない方   <b>※毎日登録できます。活動中は対応できないこともありま</b>  <b>すので、来られる前に必ずお電話にてお問い合わせ下さい</b>            準備するもの：携帯電話・親子の朝の体温（当日入力します）</p>	<p><b>【足形シールアート】</b>            かわいい足をシールアートで記念に残しませんか。            日時：10月1日（火） 9：50～11：00            対象年齢：0歳児：R5年4月～R6年生まれ             準備するもの：汚れてもよい服装</p>
<p><b>【骨盤力整体】 託児あり</b>            肩こりや腰痛など痛みがあるところを改善していきます。自分で改善していく方法もお伝えします。骨盤まわりや姿勢でお悩みの方もお気軽にご相談ください            日時：10月2日（水） 9：00～12：00            料金：2000円（30分） 1000円（15分）            準備するもの：ズボン着用・託児道具</p>	<p><b>【整えトリートメント】 託児あり</b>            セラピストのmaiさんによるトリートメントです。好きなアロマを選んで、ハンドトリートメント&amp;足浴リフレソロジー。ラス肩周り、ヘッド、フットの中から1か所選び、1時間コースにできます。            日時：10月4日（金）・11日（金） 時間：9：30～15：10             料金：2000円（30分）・3000円（60分）            準備するもの：腕まくりしやすい服・ふくらはぎまで上げられるズボンやスカート・託児道具</p>
<p><b>【はじめての運動会】 ※つばみ・わかば以外の方対象</b>            日時：10月5日（土） 9：45集合 未就園児対象  <b>※詳細は別紙をご覧ください。</b></p>	<p><b>【秋のかざりを作ろう】</b>            かわいいきのこを作ってお家に飾ってみませんか。            日時：10月8日（火） 9：50～11：00            対象年齢：1歳児：R4年4月～R5年3月生まれ             2歳児～：R3年4月～            準備するもの：汚れてもよい服装</p>
<p><b>【子育てママのためのカウンセリング】</b>            純心大学の臨床心理士の先生に、子育てのこと家族のこと聞いてみたいことなど気軽にお話してみませんか。支援センターにて個別でお話できます。貴重な機会ですのでぜひご利用ください。            日時：10月7日（月） 13：00～15：00（1人30分）  <b>※ご希望の方は託児あり</b>   石井先生</p>	<p><b>【はじめてさんの発酵食入門】 託児あり</b>            人気でなかなか予約のとれない発酵食Labの講座が、ぱびいらで開催されます。3回シリーズですが、1回のみ参加も可能です。  <b>①お味噌のいろはと味噌玉作り</b> 料金：1500円            日時：10月18日（金） 9：50～11：00 お味噌がどうして身体によいのか分かりやすく説明します。  <b>②腸活のいろはと納豆こうじ作り</b> 料金：1500円            日時：11月18日（金） 9：50～11：00 美容と健康に話題の腸活についてわかりやすくお伝えします。  <b>①&amp;②準備するもの：エプロン・手拭き・筆記用具</b></p>
<p><b>【畑のじかん】</b>            「畑のじかん」を親子で経験することで、子ども達の食事の変化も楽しみです。春に植えた芋を収穫しましょう。土曜日開催なので、ぜひお父様もご一緒に参加お待ちしております。日時：10月19日（土） 9：00～10：30 料金：200円            準備するもの：汚れてもよい服装・長靴・軍手・帽子・水筒</p>	<p><b>【産後ケア】 ※産後ケア応援券を利用できます。</b>            日時：10月24日（木） 10：00・11：00 各2組  <b>※詳細は別紙をご覧ください。バスタオル2枚 フェイスタオル2枚</b></p>
<p><b>【やってみよう！ピラティス】 託児あり</b>            ピラティスは、体幹や深層筋を鍛えられるので、腰痛や不良姿勢を改善したり、柔軟性を向上できます。一緒に楽しく身体を動かしましょう。             日時：10月22日（火） 9：50～11：00            料金：700円（ヨガマット持参）・800円（ヨガマットレンタル）            準備するもの：動きやすい服装・タオル・水筒・託児道具</p>	<p><b>【ていねいな暮らし #SDGs】 託児あり・料金1000円</b>            日時：10月25日（金） 9：50～11：00 秋の養生とアロマセラピーで潤いスキンケア ※詳細は別紙をご覧ください。</p>
<p><b>【季節を楽しむクッキング】 託児あり</b>            実りの秋です。新米の季節ですね。新米でおにぎりパーティーを開催します。どんな具が好きですか。子供さんと一緒に参加できる方は一緒に作ってみましょう。            日時：10月28日（月） 9：50～11：00 料金：700円            準備するもの：エプロン・三角巾・託児道具            持ち帰り用のタッパー</p>	<p><b>【誕生カードを作ろう】 10月うまれのみ</b>            10月うまれのおともだち。身長・体重を測ったり手形や足形、親子で記念写真をとりましょう。お母様方は、仕上げにメッセージを書き、お子様に手作りの誕生カードをプレゼントしましょう。日時：10月21日（月） 9：50～11：00            準備するもの：横向き子どもの写真（家族写真でも可）            横現像L版1枚 </p>
<p style="text-align: center;"><b>【子育て支援センター ぱびいら】</b>            住所：薩摩川内市隈之城町1001番地 電話0996-25-1815 </p>	

鹿児島純心大学附属

# じゅんしんようちえん

はじめての

# うんどうかい

親子で一緒に運動会に参加してみませんか？

みんなで音楽に合わせて身体をうごかしてみましょ。参加された子どもたちにはおみやげがあります。

日時 2024年10月5日（土曜日）

9時45分集合

場所 純心幼稚園園庭

対象者 0歳から3歳まで(未就園児)

連絡アプリよりお申込みください

おみやげをもらいにきてね！

子育て支援センター ぱぴいら

0996-25-1815

秋の養生と  
アロマテラピーで



10/25  
fri

# うるおいスキンケア

日時： 10月25日(金)9時50分～  
場所：子育て支援センターぱぴいら  
参加費：1000円（材料費込み）



美しく健康な肌をキープするためには  
秋のスキンケアがもっとも重要です！

忙しい日々の中、肌や心に少しのご褒美をあげてみませんか？

東洋医学の秋の養生に基づき、乾燥しがちな季節にぴったりのスキンケア方法をお伝えします！

今回の講座では、アロマテラピーを取り入れたオリジナルの化粧水を作ります。

子育て中でも簡単に取り入れられるスキンケアのコツや、アロマの香りで癒されながら心身のバランスを整える方法を学びましょう！



## この講座のポイント

- ・秋の乾燥肌対策に効果的な天然成分で化粧水を作ります
- ・講座中もアロマの香りと季節のお茶で心身をリフレッシュ♡
- ・子育て中のママでも手軽に続けられるスキンケアをお伝えします

matsurika.

アロマとハーブを生活に取り入れて約10年。6年間自然派コスメの美容部員として様々な肌の悩みを改善へ導きました。また自身の敏感肌と息子のアレルギー・アトピーと向き合いながら、親子で実践できるスキンケア&セルフケアを発信中。特別じゃない、日常に取り入れやすいアロマとハーブの使い方を発信しています。

Instagram



# 薩摩川内市 産後ケア 応援券 ご利用のご案内



ぱぴいらに登録されていない、はじめての方は電話にてご予約ください。



ぱぴいらで「産後ケア応援券」を利用した乳房ケア・骨盤ケア・ベビーマッサージのケアを受けることができます。

## 乳房ケア(4000円)

母乳のことでお悩みの方は一度ご相談ください。

## ベビーマッサージ(4000円)

ホホバオイルを使って赤ちゃんの肌を直接マッサージすることで、母乳の飲みがよくなる、うんちがでやすくなるなど、発育・発達を促してくれます。気になる向き癖や、身体を反るなどのお悩みもご相談ください。

## 骨盤ケア(4000円)

妊娠によって骨盤底筋群や腹筋などは伸び広がり、出産後の腰痛や尿漏れ、体形の変化などにつながります。この変化は、その後の人生に大きな影響を与える場合もあり、セルフケアを中心とした骨盤ケアは重要になります。忙しい日々の中で、変化した体を整える充実したライフスタイルを送っていただけるように、自宅で取り組める骨盤底筋運動を中心としたケアです。



ぱぴいら  
アプリ登録済の方  
連絡アプリの備考欄に  
どのケアを受けたいか  
ご記入ください。

紙ベースの産後ケア  
応援券は2023年9月より  
スマートフォン決済アプリ  
「つんPay」でもご利用で  
できるようになりました



準備するもの：バスタオル2枚 フェイスタオル2枚

連絡アプリよりお申込みください

子育て支援センター ぱぴいら  
0996-25-1815

