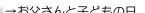
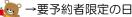


【通常開所時間】9:00~14:00 (電話相談は 15:00 迄受付)

ぽけっとに来る子ども達の手のひらに、小さなどんぐり帽子のお客さんを見かける機会が増えてきました♪ な~もの森ではクヌギやコナラ、シラカシなど様々な種類の木の実が実り始めます。おしゃれな帽子をかぶり、秋の訪れを子ども達と一緒に楽しもうとしているかのようです(*^-^*)♪大人も童心に戻り、どんぐりトトロや秋のモビールを作ったりして遊びませんか?皆さんのご来所を心待ちにしてます♪

\Box	月	火	水	木	金	土
		1	P 2	3	4	5
		· ·	**	午 後 ミシンの時間	○ O 歳児 ひよこの日	パパとおいでー (お散歩に 出かけよう!)
6	7	8	9	10	11	12
		午後	身体測定 (立位) 1 歳~	新規さん いらっしゃ~い 午後	身体測定 (寝位)O 歳児	`
	ことばの講座	訪問支援		ミシンの時間 響		
13	14	P 15	P 16	17	18	P 19
	体育の日	歯っぴータイム 午 後 個別相談	O 歳児 ひよこの日	午後 ミシンの時間		カンガルーデー (妊婦さんの日)
20	21	22	<a>P 23	24	<a>P 25	P 26
	衛生点検日	即位礼正殿の儀	***	↑ L* -マッサ-ジ 先着 6 組	(2歳以上児) 午後 個別相談	カンガルーデー (妊婦さんの日)
27	P 28	29	30	31	新規さんいらっ	しゃ~いのご案内
3	Mama's Time そとも用エプロン作り	な~もの森で 遊ぼう	新規さん いらっしゃ〜い 午後 個別相談	O 歳児 ひよこの日	初めて利用される方 来所頂き、センター をご理解頂いた上で 設けています。ご利	の利用方法や主旨、登録申請の日を







→妊婦さんと○歳児親子とのふれあいの日



ミシンの時間

10/3,10,17.(木)12:30~14:00

<要予約> 各先着2組

ママ同士、職員ともゆっくりお喋りしながら、無心 になれるハンドメイドの時間を楽しんでみませんか?

<持ち物>裁縫道具、作る材料(布や紐など)



パパとおいでーカ

10/5(土)10:00~11:30 9:30~受付

持ち物:汗拭きタオル、水筒、帽子等

お父さんとお子さんの特別な時間をぽけっとで過ごし ませんか?お父さん同士話したり、豪快な遊びを楽しみ ましょう月今回は秋風を感じて、近くの公園にお散歩に**。** 行きますよ☆ 雨天時は、ぽけっと内活動に変更すること が有ります。詳細は掲示を確認下さい。

ことばの講座

12:30~受付

10/7(月) 13:00~14:00

対象者:9ヶ月~1歳半児親子 先着 6

持ち物や詳細は、掲示しますのでご確認ください

初めての子育てに一生懸命なあなたに朗報です★ 子どもの成長段階(歩行や発語)が来るたびに、つい 周りと比べてしまう。なかなか人には聞けない… 今回は言葉について、食との繋がりや日頃の関わり方

のヒント、口腔内の成長を促す遊びを一緒に学んでみ ませんか?また、気になることも言語聴覚士の久保田 空先生に相談して、少しでも不安を解消しましょう♪●

身体測定の日♪

10/9(水):1歳以上児(立位)

10/11(金): 0歳児(寝位)

両日とも<mark>午前中のみ計測</mark>できます♪

母子手帳持参の上、測りに来て下さいね

胃っぴータイム

10/15(火) 10:30~

先着4組(1組15分) 持ち物:歯ブラシ 子どもの歯について、普段から行き慣れた場所で歯 科衛生士さんと気軽に相談してみませんか?顔見知 りになれば、小さな子どもでも歯医者さんって全然怖 くないんだって感じるようになるかもしれませんね ♪1組15分の個別相談になります。事前に相談内容 <u>こついて、アンケート記入</u>をお願いします。

要予約講座の

要予約イベントへの申し込みは材料費を添えて、 3日前までに必ず本人が行って下さい。病気等によ るやむを得ないキャンセルは、キャンセル待ちの方 <mark>を考慮し、前日の朝までに</mark>お願いします。



. カンガルーテー

10/19、26 (土) 10:00~

母子手帳でアルバム作り♪

<対象者>母子手帳持参できる現在妊婦の方限定

<人数>事前把握の為、ご予約ください♪

<持ち物>使い慣れたハサミ、お気に入りの家族写真 妊婦さんでお茶をしながら、母子手帳を活かしたアルバ ム作りしてみませんか?お誕生日のたびに開いてみたり、 将来20歳の我が子への素敵な贈り物にいかが?



10/24(木) 10:00~11:30

<対 象>2ヶ月~1歳の親子 限定6組

お母さんの手は魔法の手☆肌を通じてママも赤ちゃん も愛情と安らぎを感じてみませんか?昼食後もゆっくり すごしましょう♪お茶タイムの後はランチもできますよ

<持ち物>赤ちゃんの飲み物、バスタオル



カレンダー作り

10/25(金)<対象>2歳以上児 時間帯は室内にある予約簿を

ご確認の上、ご予約下さい。

子どもの成長を作品にしてみませんか?**2歳以上の** 親子を対象に、糊やハサミ、折り紙などを使い毎月カレ ンダー製作活動を行います。製作物の事前準備がありま すので※毎月20日迄の事前予約制となります。

当日は、作品が曲がらないように、カレンダー作り用 台紙を忘れずにご持参ください★

初めての子育ては不安なもの。だって

マも子どもと同じママー歳だったりするから♬当然。 子育ては一人でできるものではないから、お子さんを遊 ばせながら、いろんなお話をゆっくりと聞かせて下さ ためらわず、まずはお電話下さいね★

Mama's Time 9:30~要付 10/28(月) 子ども用エプロン作り

び/ 26(内) **サビゼ州エメロン** 活 動 10:00~14:00

講 師 山下 里美さん

<要予約>先着4組

<持ち物>お好みの布、ゴム、裁縫道具、 弁当(希望者のみ)

★ミシンをお持ちの方はご持参下さい

大好評により第3弾開催♪裁縫が苦手な方でも

優しく丁寧に教えて下さるので大丈夫★子どもで

よ簡単に脱ぎ着出来る三角巾も作ってみませんか?●



な~もの森で遊ぼう!

10/29(火) 10:00~11:30

9:30~受付(時間に余裕を持って参加しましょう♪) 活動内容は室内に掲示しますので、ご覧下さい。

※人数把握のため事前予約制 先着 20 組

<持ち物>帽子・タオル・水筒

親子共に動きやすく、汚れても

構わない服で森側入口よりお越し下さい。







ぽけっとマルシェ 🎾

またまたやってきます! **第4回ぽけっとマルシェ秋の陣!!11月の開催をお楽しみに★**

今回も従来のぽけっとに加え、緑豊かなな~もの森でも行います。沢山の方々に参加・協賛して頂き素敵な作品や 人との出会いを楽しんで頂けたらと思っています♪ また、出品希望の方はお問い合わせください。

RI.8.31 野菜の日応募写真と活動の様子





8/31 野菜の日にちなんで野菜と一緒に撮った写真を募集したところ、多くの ご応募を頂き、その中からベストショットを利用者の方々に投票して頂きました。 たくさんの票を獲得し、大賞に輝いたのは「キュウリを収穫したよ♪」でした。

「帰省中にじいじとばあびーが育てたキュウリを収穫。とっても大きいキュウリが取れて初めての収穫体験に大喜びでした」投票した方々からは「光と影のコントラストや自然体の表情が好き」と言ったコメントが寄せられました。 当日は、触れて野菜あてクイズや野菜ダンス 5 を楽しみ、美味しいかき揚げにかぶりつき、笑いの絶えない時間となりました。たくさんのご参加ありがとうございました。

☆薩摩川内市 350 ベジライフ宣言☆

本年度はベジライフ活動として地元の季節を感じる 旬の食材やメニューをご紹介します。お楽しみに!



かぼちゃは、夏の終わり~初秋にかけて収穫し、3ヶ月ほど寝かすと甘みも増し美味しくなります。がん予防や老化防止、冷え性の解消、便秘対策などの代名詞にもなるビタミンやカロテンも豊富なことも有名ですね。旬の野菜に感謝しながら、おいしい根菜類やきのこ類を頂きましょう♪最近では、スーパーでも手頃な 1/4 サイズのかぼちゃを見かけます。ただし、カット野菜は日持ちしないため、早めに使いきるのが鉄則!今回はそのかぼちゃを、ラップしてレンジでチン♪お好みのキノコ類をバターで炒め、ダマにならないように薄力粉と牛乳を加えて作るベシャメル(ホワイトソース)と、チーズをかけて200℃のオーブンで 10 分焼くだけの手軽さなんです。是非挑戦してみてくださいね!(・ \forall ・)b。

