



# ほないにここにこだよ

保内保育所子育て支援センター 三条市下保内497 TEL39-6130

すっかり秋も深まり、センターから見える山の木々も少しずつ赤や黄色に染まってきました。朝夕の冷たい空気に「寒い」と感じる事が多くなり体調を崩しがちになります。新型コロナウイルス感染症やインフルエンザなど感染予防のため、手洗いうがいを心がけ、体調管理に気をつけましょう。



## 11月の予定

月	火	水	木	金
				1
<p><b>11月5日(火)・6日(水)・7日(木) 遊具であそぼうの日</b>                      カレンダーに★が付いた日にトランポリンやトンネルなど・・・小さいお子さんも遊べる遊具を出します。</p>				
4 振替休日	5★	6★	7★	8 食育ミニ講座 10:30~10:50 給食試食会 11:00~11:30
11 	12 じゅんちゃん と リトミック 10:30~11:00	13	14 	15 
18	19 ママのための ほっこりタイム 9:30~11:00	20	21 誕生会 10:50~11:20 発育測定 9:00~ 13:00~ 	22
25	26 子どもの 足のお話 10:30~11:00	27	28 おくすり セミナー 10:30~11:30	29

### 【開設時間】

午前9時~11時30分  
午後1時~3時30分  
※土・日・祝日はお休み

### 【一時預かり】

対象：三条市にお住まいの  
1歳から就学前のお  
子さん  
時間：午前8時30分~  
午後4時  
※定員がありますので、  
事前に確認の上お申し込み  
ください。

### 【育児相談】

面接相談の他、電話相談も  
お受けしています。

### 【発育測定】

大きくなったかな？  
身長と体重を測りましょう。

### 【誕生会】

11月生まれのお友だちをみんな  
でお祝いしましょう。

### 8日(金) 食育ミニ講座 10:30~・予約なしで参加できます 給食試食会 11:00~・事前予約

三条市の栄養士から乳幼児の食事についてお話していただきます。  
講座終了後、保育所で子ども達が食べている給食を食べてみませんか？お家では作らないようなメニューもありますよ。美味しく栄養満点！

【要予約】 定員5組 給食費 1人265円(当日ご持参ください)  
※食物アレルギー(ごま・大豆)のある方はご遠慮ください。

### 26日(火) 子どもの足のお話

足裏マッサージの整体師 土田美代子さん(みよ)が子どもの足の成長のお話をしながら足もみ・マッサージの仕方を教えてください。

### 12日(火) じゅんちゃん と リトミック

田中淳子先生の楽しい音楽に合わせて親子で楽しく身体を動かしましょう。

### 19日(火) ママのためのほっこりタイム

日頃頑張っているママへ、エステティシャンの長谷川智子さんがマッサージをしてください。頭、肩、手の中から一か所選んでいただきます。

【要予約】 定員6名 1人約15分 参加費500円

### 28日(木) おくすりセミナー

新潟県薬剤師会の方から、お子さんのスキンケアや、冬の風邪、感染症について教えていただきます。普段お使いの保湿剤もありませんでしたらお持ちください。質問も受け付けます。