



# さかえ・こどもセンター 2020/ 10月 予定表

市川市北国分4-10-3 TEL 047(373)0191



	月	火	水	木	金	土
日				1	2	3
午前	コロナ対策で、親子 3~4 組の予約制となります。お電話ください。(予約日含めて2週間先まで受け付けます) お家を出る前に親子で検温し、玄関で、体調確認シートにご記入ください。			アンティ風の谷 園庭開放	オープン・スペース ママフリマ1才~ マミー定例会	園庭開放 10時30分 ~12時
午後				オープン・スペース 0才と妊婦さん お月見 days	オープン・スペース 0才と妊婦さん	
日	5	6	7	8	9	10
午前	オープン・スペース 1才~	みんなで遊ぼう 堀之内公園	オープン・スペース 1才~	園庭開放 あつまりっこ	園庭開放 あつまりっこ	園庭開放 10時30分 ~12時
午後	オープン・スペース 0才と妊婦さん	夕方 オープン・スペース 2:30~	オープン・スペース 0才と妊婦さん	オープン・スペース 0才と妊婦さん 持ち寄り絵本	オープン・スペース 0才と妊婦さん 持ち寄り絵本	
日	12	13	14	15	16	17
午前	オープン・スペース 1才~	親子リトミック	オープン・スペース ※ 9~11時 人形劇クラブ	アンティ風の谷 園庭開放	オープン・スペース 1才~	森であそぼう (堀之内貝塚公園)
午後	O・S 0才と妊婦さん	離乳食学び合い会 2:30~	手作りおもちゃ 0才と妊婦さん	手作りおもちゃ 0才と妊婦さん	O・S 0才と妊婦さん	
日	19	20	21	22	23	24
午前	オープン・スペース 1才~	みんなであそぼう じゅんさい池公園	オープン・スペース 1才~	双子の会 園庭開放	オープン・スペース 1才~	園庭開放 10時30分 ~12時
午後	オープン・スペース 看護師ミニ講座 0才と妊婦さん	夕方 オープン・スペース 2:30~	オープン・スペース 0才と妊婦さん	「冬を元気に」 保健師さんの話 0才と妊婦さん	オープン・スペース 0才と妊婦さん	
日	26	27	28	29	30	31
午前	オープン・スペース 1才~	アンティ大野 園庭開放	オープン・スペース 1才~ 発育測定	オープン・スペース 1才~	オープン・スペース 1才~、拭き掃除	プレ親学級 1時~ 2時30分
午後	オープン・スペース 0才と妊婦さん ハロウィン week	HAPPY マタニティ 1:30~	オープン・スペース 0才と妊婦さん 発育測定	オープン・スペース 0才と妊婦さん 発育測定	リラックスヨガ 0才と妊婦さん	

## <妊婦さん・0才>

※ 火曜日は、2:30~4:30 開所です。(27日以外)

8日(木)、9日(金) 絵本持ち寄り わが子お気に入りの絵本があれば…。

13日(火) 離乳食学び合い会 先輩母が、調理から食事まで。栄養士が  
離乳食作りのコツや栄養相談を受けます。

14日(水)、15日(木) 手作りおもちゃ 280ml ペットボトル 2個  
22日(木) 保健師さんの話 冬を元気に過ごすために知っておきたいこと

27日(火) HAPPY マタニティ (13:30~15:00)

来所に不安がある方は Line ビデオグループトークで参加可

30日(金) リラックスヨガ講座 45分300円、

持ち物: ヨガマットかバスタオル

31日(土) プレ親学級 持ち物: 母子健康手帳、助産師担当

先輩ママ&パパと赤ちゃんによる沐浴実習他赤ちゃんとの生活

## <1才以上>

1日(木)、15日(木) アンティ・マミー 2回とも、風の谷2階です。

9:40~ 保育2時間500円(希望が多ければお1人月1回)

13日(火) 親子でリトミック 講師: センターママ、ハビハモさん

30分300円 ①10:15~、②11:00~

8日(木)・9日(金) 9:40~ あつまりっこ保育

## <年齢問わず>

6日(火) みんなであそぼう 10:30~(堀之内公園)

20日(火) // 10:30~(じゅんさい池公園砂場脇)

雨天センター。体操、絵本貸し出し、紙芝居など

育児相談: 5日(月)、14日(水)、26日(月) ご予約ください

(風の谷こども園囃託 臨床心理士・公認心理師: 橋本洋子先生)

最近のセンターで伺うお母さんの困りごとでは、離乳食や子どもの食事に関することが多いように思います。毎日のことだからこそ、あまり手をかけすぎず、親子共、楽しみな時間にできたらいいですね。

お気軽に、ご相談やランチ試食会にお申し込みください。何かヒントが見つかるかもしれません。



今月は、食事同様、心身の健康のために日々欠かせない、うんち・おしっこについて、ご一緒に考えてみませんか？

先日、『赤ちゃんはできる！幸せの排泄コミュニケーション・おむつに頼りすぎない育児という選択』という本を、紹介されて読みました。

「生まれて間もない赤ちゃんでも、尿意・便意を感じると、普段と違う泣き方や素振りをする」と書いてありました。



著者は、途上国農村部の「おむつなしで下半身すっぽんぽん」で育つ赤ちゃんとお母さん達の姿から、「開放空間での排泄が、人間（動物）にとって本来の姿」では？と考え研究を進めたそうです。

トレーニングではなく、「なるべくおむつの外で、気持ちのいい排泄をさせてあげよう」という気持ちで子どもの様子をよく見ることで、他の場面でも、我が子がしてほしいことが、今までよりよくわかるようになったそうです。皆さんも、試しに、センターで、我が子のおむつを外して過ごしてみませんか？そこで発見したことを、ご一緒に共有させていただいたら嬉しいです。

## <さかえ・こどもセンターの今…>

### # 季節のたのしみ ① お月見 day(10/1,2)

小麦粉粘土のおだんご作り、お月さまの絵本、うた…楽しみましょう。

### ② ハロウィン week(第5週)

ワンポイントのハロウィンファッションで、遊びに来ませんか？

親子で工作も楽しみましょう。

### # みんなで遊ぼう

今月は、じゅん菜池公園と堀之内公園で開催します。戸外ですが、密を防ぐため、予約してくださいね。

### # もりであそぼう

風の谷こども園の運動会です。堀之内公園で、園児家族と一緒に楽しめます。安全安心に楽しめることを企画中です。詳細は、センターでお知らせします。

<1才以上>

### # ランチ試食会

親子一組限定、センターの小部屋で、始めています。子どもの食事でお悩みの方、お声がけください。(センターでメニューを確認し、直接お申し込みください。)

♪ わらべうた(かぞえうた) ♪

いーち、にの、さんもの、しいたけ、でっこん、ほっこん、ちゅうちゅう、かまぼこ、ですこん、ぼ！ (1~10かぞえられます！)