



2021年 4月号
さつま町 子育て支援センター クオラ
〒895-1804 薩摩郡さつま町船木2336-1
TEL 0996 (53) 1184
育児相談・園庭開放(月～金) 9時～14時まで受け付けます。

日差しが心地よい季節になりました。春の自然にたっぷり触れ、外に出かけて季節の変化や新しいことを発見できたらいいですね。

また、育児サークルにご近所の方やお友だちを誘って一緒に遊び、親子で友だちをつくりましょう。



育児サークル(親子遊びの会) ★たけのこコース (0歳～5歳児向け きょうだい可)

3密を避け感染防止をはかるため、事前に電話にて予約をお願いします。(先着 5組)

日程	10:00.....プログラム活動.....12:00 解散		
4月	活 動	内 容	準 備 品
2日 (金) 会場	たけのこランドで遊ぼう (先着 5組) (ひまわり館)	たくさんのおもちゃで親子や友だちと遊び、育児の 情報交換をしましょう。	飲み物(麦茶・白湯)
9日 (金) 会場	ボールプールで遊ぼう (先着 5組) (ひまわり館)	親子や友だちと思いっきりボールプールの 中で遊みましょう。	飲み物(麦茶・白湯)
16日 (金) 会場	たけのこランドで遊ぼう (先着 5組) (ひまわり館)	たくさんのおもちゃで親子や友だちと遊び、育児の 情報交換をしましょう。	飲み物(麦茶・白湯)
23日 (金) 会場	たけのこランドで遊ぼう (先着 5組) (ひまわり館)	たくさんのおもちゃで親子や友だちと遊び、育児の 情報交換をしましょう。	飲み物(麦茶・白湯)
30日 (金) 会場	公園で遊ぼう のびのびゾーン(先着 5組) (北薩広域公園)	公園で虫や草花にふれたり、親子や友だちと 遊具で遊みましょう。 雨天時はひまわり館でたけのこランド遊び。	飲み物(麦茶・白湯) 帽子

育児サークル(親子遊びの会) ♥たけびよコース どなたでも参加できます!

6日 (火) 会場	公園で遊ぼう のびのびゾーン(先着 5組) (北薩広域公園)	公園で虫や草花にふれたり、親子や友だちと 遊具で遊みましょう。 ※雨天時はひまわり館でたけのこランド遊び。	飲み物(麦茶・白湯) 帽子
13日 (火) 会場	公園で遊ぼう のびのびゾーン(先着 5組) (北薩広域公園)	公園で虫や草花にふれたり、親子や友だちと 遊具で遊みましょう。 ※雨天時はひまわり館でたけのこランド遊び。	飲み物(麦茶・白湯) 帽子
20日 (火) 会場	公園で遊ぼう 宮之城総合体育館の横(先着 5組) (緑地公園)	公園で虫や草花にふれたり、親子や友だちと 遊具で遊みましょう。 ※雨天時はひまわり館でたけのこランド遊び。	飲み物(麦茶・白湯) 帽子
27日 (火) 会場	こいのぼりを作ろう (先着 5組) (ひまわり館)	親子でこいのぼり作りを楽しみましょう。 ※自由遊びもあります。	飲み物(麦茶・白湯)

育児サークル(親子遊びの会) ★びよびよコース (0歳～2歳になるまで、きょうだい可)

☆ 3密を避け感染防止をはかるため、事前に電話にて予約をお願いします。(先着 3組)

日 程	10:00.....プログラム活動.....12:00 解散		
1日(木).....虎居地区公民館	びよびよランドで遊ぼう(先着 3組)	生後2、3ヶ月 の赤ちゃんも 参加できます、	8日(木).....宮之城保健センター
15日(木).....虎居地区公民館	わらべうた遊びをしよう びよびよランドで遊ぼう(先着 3組)		22日(木).....虎居地区公民館
28日(水).....宮之城保健センター	こいのぼりを作ろう (先着 3組)	※ 水分補給の飲み物は、白湯、麦茶を準備して下さい。 (乳児は白湯、麦茶が適しています。) ※ 乳児はバスタオルを持ってきて下さい。	

□育児サークルに初めて参加される方は、同意書がありますので印鑑を持参して下さい。

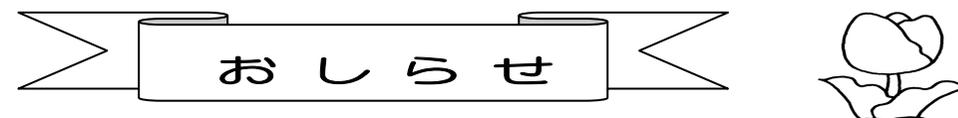
□たけのこ便りはさつま町役場(各支所)、教育委員会、えほんの森、ひまわり館、保健センター、虎居地区公民館、Aコープさつま店、郵便局(山崎、船木、佐志、湯田) 鹿児島銀行(宮之城支店)、プラッセ だいわ宮之城店に置いてありますのでご自由にお取り下さい。

□育児相談はサークル利用の際も受け付けます。

□活動内容によって、会場に変更がありますので間違いのないように注意してください。

また、会場など分からないことは当センターへご連絡ください。

TEL 53-1184



【新 たけびよコースの案内】..先着 5組

- 火曜日の育児サークルは、びよびよコースとたけのこコースが合同で活動することにしました。びよびよコースの方はサークルの利用が週2回となり、たけのこコースの皆さんとの交流ができます。
- ☆ 是非、遊びこいっしょってくださいね。



【さつま町の公園の案内】

- 青空の下、たくさん遊び、自然に触れ合う体験をさせてあげましょう。休日はゆっくり親子で、公園に出かけてみませんか。

☆ 宮之城総合体育館 横.....緑地公園

☆ 県立北薩広域公園.....ふるさとゾーン(管理棟側)・ のびのびゾーン

☆ 観音滝公園.....一部 開園

☆ うましき里 きららの楽校 (旧 白男川小学校)



利用者支援 4月「さくらんぼ」のご案内

- ※ 場所：宮之城保健センター
- ※ 受付：電話予約 ☎ 52-3666 又は ☎ 53-1184
- ※ 内容：子育て家庭や妊婦の困りごとの相談
- ※ 感染拡大防止のために、マスク着用と検温・手指消毒をお願いします。お弁当持参の利用はできません。

日(曜日)	相談のへや	
	10時00分~14時00分	日(曜日)
5日(月)	相談室	7日(水)
12日(月)	相談室	14日(水)
19日(月)	相談室	21日(水)
26日(月)	相談室	28日(水)

※ 子育てサロン「ふれあい広場」は中止です。

【さつま町月齢別健診のご案内】

- 今月の健診対象児は下記の通りです。役場より通知がありましたら、子どもの成長を確認し育児相談をする機にもなります。必ず受けましょう。
- * すくすく相談……………4月2日(金)
- * 2か月児(R3・1月生)……………4月13日(火)
- * 4か月児(R2・11月生)……………4月14日(水)
- * 7~8か月児(R2・8月生)……………4月16日(金)
- * 1歳7~8か月児(R1・8月生)……………4月21日(水)
- * 2歳3か月児(H30・12月生)……………4月8日(木)
- * 3歳児(H30・2月生)……………4月28日(水)

※ 詳しくは子ども支援課迄
TEL(53-1111)



4月は新しいことの始まり!「元気が一番!」

4月は入園、入学などで新しい環境の中で過ごす子どもにとっては、初めての社会生活の始まりの季節です。その環境の変化の不安定な気持ちをコントロールしてくれるのは、何といても元気な体です。

それにはまず、朝食をしっかり食べ“うんち”をしっかり出し、よく遊び、ぐっすり眠ることです。

また、当たり前のことですが体は食べ物だけでできています。子どもが成長していく時、そのエネルギーはすべて食べ物から取り込まれるわけですから、子どもがどんな体を培っていくのか、生活するエネルギーやどんな活動ができるか、食べ物によって大きく違っていき、その源はすべて食べ物にあることを認識したいです。そう考えると何をどれだけ食べるか、ということを実践にはできません。

まずは大人(親)が何でもよく食べ、食事が楽しいということを伝え、子どもがよく食べる雰囲気をつくってあげましょう。

今、季節もよい気候なので家族でお弁当を持って出かけたり、友だちと一緒に食べたり、工夫してみましょう。

新しい環境がスムーズに順応できるように丈夫な体に心がけていきたいですね。

育て情報「すこやかネット」

- 24時間いつでも手軽に子育て情報がインターネットからご覧になれます。「すこやかネット」は、こちら

<https://www.qoler.jp.kids>

4月のテーマ	
1	4月になると
2	ものをたいせつにする心
3	「待つ」ことの経験
4	トイレでの排泄

- にこにこクッキング □
- 【白身魚のオニオントマトソース】
- ◀ 材料 ▶ 2人分
- 白身魚……………2切れ
- 玉ねぎ……………1個
- トマト……………1個
- ④【塩…小さじ1/3 こしょう…少量】
- オリーブ油…大さじ1 塩…小さじ2/3
- こしょう…少量 パセリのみじん切り少量

〈作り方〉

- ① かじきは両面に④をふる。
- ② 玉ねぎは縦半分にとって横1cm幅、トマトは1cm角に切る。
- ③ フライパンにオリーブ油大さじ1/2を熱し、かじきを表から2~3分、裏返して2~3分焼き、器に盛る。
- ④ フライパンにオリーブ油大さじ1/2を足し、玉ねぎを炒め、トマトを加える。水分をとばしながら煮てトマトが煮くずれたら、塩、こしょうをふる。

③にかけて、パセリをふる。

★ トマトソースをかけておしゃれなおかずに変身!

《絵本の紹介》

☆ 対象年齢は大体の目安です。興味のあるものから家族みんなで読んでみましょう。

〔絵本名〕	〔対象年齢〕	〔作家・画家〕	〔出版社〕
【はーい!】……………0~2歳~	中川ひろたか/文	まるやまあやこ/絵	光村教育図書
“はーい!!”できた子には、ごほうび!			
【かくれんぼももんちゃん】…1歳	とよたかずひこ/作・絵		童心社
ももんちゃんがかくれんぼをしています。「みつけた!」みつけたのは、島の後ろのおふねさん。			
【たまごのあかちゃん】…2歳~	神沢利子/文	柳生弦一郎/絵	福音館書店
卵の中でかくれんぼしているのはだれかな?リズムカルな文とユーモラスな絵が楽しい本。			
【みんなともだち】……………3歳~	二宮由紀子/作	海谷泰水/絵	教育画劇
お友達ができてうれしい気持ち、ちょっと不安な気持ち…。言葉にできない気持ちがたくさんつまった素敵なお話。			
【てのひら】……………4歳~	瀧村有子/作	ふじたひおこ/絵	PHP研究所
幼稚園に行きたくないゆみちゃんに、ある日、ママは元気が出るおまじないをしてくれました。			
【ともだちっていいな】…5歳~	エマ・チチェスター・クラーク/作	たなかまや/訳	評論社
おたがいに、ちがうところがいっぱいあるけど、だからこそ、だいすき!だからこそ、ともだち!			