



2021年	8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 (月～金) 9時～14時まで受け付けます。	

暑中お見舞い申し上げます。

梅雨が明けて、いよいよ本格的な夏がスタートしました。

この季節は、栄養と休息をしっかり取って、
みんな元気に楽しい夏を過ごしましょう。



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		
8月	活 動	内 容	準 備 品
6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。 ※(しゃぼん玉・水遊びをします。)	飲み物(麦茶・白湯) 帽子・着替え
13日 (金) 会場	たけのこランドで遊ぼう ・会場が変わります。(先着 5組) (宮之城保健センター)	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。 ※(しゃぼん玉・水遊びをします。)	飲み物(麦茶・白湯) 帽子・着替え
20日 (金) 会場	スタンプで遊ぼう (先着 5組) (ひまわり館)	スタンプや身近な小道具を使って遊びを楽し みましょう。 ※(汚れても構わない服装で！)	飲み物(麦茶・白湯) 着替え
27日 (金) 会場	大型遊具で遊ぼう (先着 5組) (ひまわり館)	大型の遊具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)

育児サークル(親子遊びの会) ★たけのこコース ★どなたでも参加できます！

3日 (火) 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 中で遊びましょう。	飲み物(麦茶・白湯)
10日 (火) 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 情報交換を楽しみましょう。	飲み物(麦茶・白湯)
17日 (火) 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 中で遊びましょう。	飲み物(麦茶・白湯)
24日 (火) 会場	親子お話メルヘン広場 (先着 8組) (ひまわり館)	いろいろなお話を親子や友だちと一緒に聞 き、楽しい時間を過ごしましょう。 ★ 10時30分～11時(30分間)	飲み物(麦茶・白湯)
31日 (火) 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 情報交換を楽しみましょう。	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
5日(木)虎居地区公民館 ひんやり感触あそびをしよう びよびよランドで遊ぼう (先着 3組)	12日(木)屋地楽習館 ふれあい遊びをしよう びよびよランドで遊ぼう (先着 3組)
19日(木)虎居地区公民館 手型でかにかんを作ろう びよびよランドで遊ぼう (先着 3組)	26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)
※ 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。	♡ ママ友を作り、情報交換を楽しみましょう。

□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、こども図書館(えほんの森)、ひまわり館、宮之
城保健センター、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)、ブ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



【親子お話メルヘン広場の案内】

★ 家族でゆっくりお話を聴く時間をつくりました。赤ちゃんから楽しめる内容です。ぜひ、お友だちを誘って参加して下さい。

日時	8月24日(火曜日) 午前10時30分～(30分間)
場所	宮之城ひまわり館 (いきいき学習室)
内容	エプロンシアター・パネルシアター・大型絵本など ※先着 8組の予約制です。

【県立北薩広域公園のご案内】

★ 公園の炭焼き窯で焼いた竹炭に、どんぐりやサンキライの実などをつけて、自分の飾り物を作ります。

開催日：8月22日(日)	時間：10:00～12:00
参加費：500円/個	募集定員：先着20名
申込方法：電話または窓口(事前申込)	開催場所：北薩広域公園 多目的ホール

※ 保護者との共同作業で幼児も作れます。

★ 北薩広域公園・ふるさとゾーン(管理棟側)は、ミニ遊具や足湯もあります。

また、木陰もあり多目的ホールでは、食事や休憩もできます。

★ 感染対策をして、参加してみませんか。



利用者支援 8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)	10時00分～14時00分	日(曜日)	10時00分～14時00分
2日(月)	相談室	4日(水)	相談室
11日(水)	相談室	12日(木)	相談室
16日(月)	相談室	18日(水)	相談室
23日(月)	相談室	25日(水)	相談室
30日(月)	相談室		

※ 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】

○ 今月の健診対象月齢は下記の通りです。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会にもなりますので、必ず受けましょう。

- * すぐすぐ相談……………8月6日(金)
- * 2か月児(R3・5月生)……………8月10日(火)
- * 4か月児(R3・3月生)……………8月11日(水)
- * 7～8か月児(R2・12月生)……………8月20日(金)
- * 1歳7～8か月児(R1・12月生)……………8月18日(水)
- * 2歳3か月児(H31・4月生)……………8月5日(木)
- * 3歳児(H30・6月生)……………8月25日(水)



※ 詳しくは子ども支援課迄
 Tel (53-1111)

上手に水分補給をしましょう



☆ 食事から……………水分は汁物をはじめ、ごはんやおかずにも含まれているので、朝・昼・夜の食事からも量をとることができます。特に汗をかいた時は、みそ汁やスープ類などの汁物から塩分とミネラル補給をしましょう。

☆ スポーツ時……………運動をして大量の汗をかいた時は、頻繁に水分補給をすることが大切です。汗で失ったミネラルを補給するために、スポーツドリンクは適しています。ただ、糖分も含まれていますので、多飲することは避けましょう。

お盆の由来

お盆は、盂蘭盆会(うらぼんえ)という仏教行事で餓鬼道(がきどう)におちた目連(もくれん)の母を救うために供養したという伝説から始められたとされています。

お盆の時はお供えものとして食べ物をつまみ用意するとされます。しかし、同時に仏教行事の関わりだけではなく、日本古来の先祖祭祀が由来であるともいわれます。「盆と正月がいっしょにきたようだ」という言葉があるようにお盆は正月と似ています。お盆のときに祖先の霊を迎え、盆の供え物をしたり、迎え火をたくのは、正月に餅を供えて年神を迎え、迷わないように門松を立てたりするのと同じことなのです。ですから、盆という名称も盂蘭盆会からきているのではなく、むかし「ほに」と呼ばれた、精霊祭祀に供え物を盛る容器からきているという説もあります。

子育て情報「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>

	8月のテーマ
1	熱中症の予防と対応
2	成長と感動体験
3	子どもの日焼けの対応
4	子どものサイン見えていますか

《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】
 【がたん ごん がたん ごん】……0～2歳～ 安西水丸 文・絵 福音館書店
 がたんごとんと音を立て、汽車は海辺を走ります。『がたん ごん がたん ごん』、その待望の続編。

【ねないこだれだ】……1歳半～ せなけいこ 文・絵 福音館書店
 いやいやだの絵本
 こんな時間におきてるのはだれだ？ふくろうに、どらねこに、どろぼう。もうおぼけの時間なのに。

【パンツのはきかた】……2歳～ 岸田今日子/作 佐野洋子/絵 福音館書店
 「はじめに かたあし いれるでしょ」パンツのはきかたを、ユーモラスに描きます。

【ぼく およげんだ】……3歳～ わたなべしげお/作 おおともやすお/絵 あかね書房
 くまたくんは、おとうさんとプールに行きました。はじめて水にふれる幼児の気持ちを描きます。

【やさいのおしゃべり】……4歳～ 泉 なほ・作/いもとようこ・絵 金の星社
 「ぼく、捨てられちゃうのかな」冷蔵庫の中で腐りかけて悲しそうにしている野菜の声を聞いたれいちゃん…。

【むしのかお】……5歳～ 新開 孝/写真・文 ポプラ社
 虫の顔がせいぞろい！かわいい顔、こわい顔、ふしぎな顔。虫の顔のひみつを楽しんでください。

□ ここにこクッキング □

【チキンソテーサラダ】

《材料》2人分

鶏もも肉……………1枚
 キャベツ……………1/4個 人参…小1/2本
 きゅうり……………1/2本

①【塩小さじ…1/2 こしょう…少量】
 サラダ油…大さじ1/2

②【水…カップ1 塩…小さじ1/2】

③【トマトケチャップ、マヨネーズ各大さじ1 1/2】

《作り方》

①キャベツは大きめの一口大、人参は2～3mm厚さ輪切りにする。

鶏肉は脂を取り、①を両面にふる。

②フライパンにサラダ油を熱し、鶏肉の皮から入れる。軽く押さえながらでてきた脂をふき取り、皮がカリッとなるまで10分ほど焼く。

③鍋に②、人参を入れ、ふたをして中火にかける。沸騰1分後にキャベツを加え、しんなりしたらきゅうりを入れる。

④器に③を盛り、鶏肉を一口大に切ったのせ、混ぜあわせた③をかける。