



|                           |
|---------------------------|
| 2022年 8 月号                |
| さつま町 <b>子育て支援センター</b> クオラ |
| 〒895-1804 薩摩郡さつま町船木2336-1 |
| TEL 0996 (53) 1184        |
| 開所曜日 (月～金)・開所時間 9時～14時    |



暑中お見舞い申し上げます



暑い日が続きますが、虫とりや水遊びなど夏の遊びを家族で楽しみ、感染予防と体調管理をしながら元気に過ごしましょう。



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                 |
| 5日<br>(金)<br>会場  | 夏の遊び・水遊びをしよう<br>(先着 5組)<br>(ひまわり館) | シートの上で水の玉を作り、親子や友だちと<br>いっしょに遊びましょう。 | 飲み物(麦茶・白湯)<br>着替え・タオル |
| 12日<br>(金)<br>会場 | わらべうた遊びをしよう<br>(先着 5組)<br>(ひまわり館)  | わらべ歌にあわせて、親子や友だちといっし<br>よに遊びましょう。    | 飲み物(麦茶・白湯)            |
| 19日<br>(金)<br>会場 | スライム遊びをしよう<br>(先着 5組)<br>(ひまわり館)   | スライムを親子で作り、感触や形の変化を楽<br>しみましょう。      | 飲み物(麦茶・白湯)<br>着替え・タオル |
| 26日<br>(金)<br>会場 | 親子お話メルヘン広場<br>(先着 5組)<br>(ひまわり館)   | 親子や友だちといっしょに、いろいろなお話<br>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）★たけのこコース ☆どなたでも参加できます！

|                  |                                   |                                             |            |
|------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------|------------|
| 2日<br>(火)<br>会場  | 子どもの救急法を学ぼう<br>(先着 5組)<br>(ひまわり館) | 子どもの病気や事故に対する救急法を学び<br>子育ての中で事故予防意識を高めましょう。 | 飲み物(麦茶・白湯) |
| 9日<br>(火)<br>会場  | たけびよランドで遊ぼう<br>(先着 5組)<br>(ひまわり館) | たくさんの遊具で親子や友だちと遊び、育児<br>の情報交換をしましょう。        | 飲み物(麦茶・白湯) |
| 16日<br>(火)<br>会場 | たけびよランドで遊ぼう<br>(先着 5組)<br>(ひまわり館) | たくさんの遊具で親子や友だちと遊び、育児<br>の情報交換をしましょう。        | 飲み物(麦茶・白湯) |
| 23日<br>(火)<br>会場 | たけびよランドで遊ぼう<br>(先着 5組)<br>(ひまわり館) | たくさんの遊具で親子や友だちと遊び、育児<br>の情報交換をしましょう。        | 飲み物(麦茶・白湯) |
| 30日<br>(火)<br>会場 | たけびよランドで遊ぼう<br>(先着 5組)<br>(ひまわり館) | たくさんの遊具で親子や友だちと遊び、育児<br>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）★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                 |
|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 4日(木) ……虎居地区公民館 (先着 3組)                                                         | 10日(水) ……屋地楽習館 (先着 3組)                         |
| きらきら星遊びをしよう                                                                     | びよびよランドで遊ぼう                                    |
| 18日(木) ……宮之城保健センター(先着 3組)                                                       | 25日(木) ……宮之城保健センター(先着 3組)                      |
| ひんやり感触遊びをしよう(※着替え・タオルを持参下さい)                                                    | わらべ歌遊びをしよう                                     |
| ※ 育児相談は、電話で相談にて通常通り行っています。<br>※ 水分補給の飲み物は、白湯、麦茶を準備して下さい。<br>( 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。<br>♡ 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。

□だけのご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）鹿兒島銀行（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。

また会場などわからないことは当センターにお問い合わせください。TEL 53-1184



おしらせ



## 『 子どもの救急講習・延期のご案内 』

○ 子どもの病気や事故に対する救急法を学び、子育ての中で予防意識を高めましょう。

日時： 8月2日（火） → ※ 感染防止を優先し、延期致します。

場所： 宮之城ひまわり館

講師： さつま町消防本部職員

※ 予約電話 53-1184 （さつま町子育て支援センター）

【 リモートおしゃべり会 リモ\*ママのご案内 】 \* ママ友とのおしゃべりと育児相談もできます

日程：8月17日(水) 10時30分～ \* 参加の場合は15分前から入室出来ます～約30分ほどの予定～

\* 参加希望のお問い合わせは、TEL 53-1184まで

【 親子お話メルヘン広場の案内 】 \* 先着 5組

☆ 親子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26日(金曜日) 午前10時30分～(30分間)

場所 ひまわり館

内容 エプロンシアター・パネルシアター・大型絵本など

\*終了後、育児相談もできます。



## 利用者支援 8月「さくらんぼ」のご案内

- ※ さくらんぼを利用される際は、必ず電話での予約をお取りください。
- ※ 内容：18歳までの子育て家庭や妊婦の困りごとの相談（電話相談・来所相談・訪問相談）
- ※ 電話：さつま町利用者支援事業（認定こども園クオオキッズ内） ☎0996 53 -1184  
さつま町子育て相談専用ダイヤル（子ども支援課内） ☎0996 52 -3666

\* 宮之城保健センターでの相談日程 \*

### ※ 予約制

| 日（曜日）  | 10時00分～14時00分 | 日（曜日）  | 10時00分～14時00分 |
|--------|---------------|--------|---------------|
| 1日（月）  | 集団指導室         | 3日（水）  | 相談室           |
| 8日（月）  | 集団指導室         | 10日（水） | 相談室           |
| 15日（月） | 集団指導室         | 17日（水） | 相談室           |
| 22日（月） | 集団指導室         | 24日（水） | 屋地楽習館         |
| 29日（月） | 集団指導室         | 31日（水） | 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】

- 2か月児から3歳児までの健診・相談は、該当者に子ども支援課より個別通知があります。日程はさつま町ホームページか個別通知をご確認ください。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。



健診



むし歯予防

- ・すくすく相談《予約制》 8月 5日（金）
- ・むし歯予防の日（フッ化物塗布）《予約制》（宮之城保健センター）  
日程はさつま町ホームページをご確認ください。
- ・えほんの森《予約制》 8月 26日（金）（薩摩支所こども図書館）  
〈予約・お問い合わせ〉  
子ども支援課子ども健康係  
電話（53-1111） 内線（2142）  
受付時間：月曜日から金曜日 8：30～17：15



## しっかり食べて眠って\*暑さに負けない

～ 夏バテ予防の基本は、1日3食しっかり食べる事と、  
たっぷり12時間ほどの睡眠（幼児）をとる事です～  
旬の野菜には、季節ならではの体調管理に役立つ成分が含まれています。  
ビタミンやミネラルが豊富で、水分を補給することでもできるトマトやきゅうりなどの夏野菜です。元気に過ごすために、旬の野菜を活かして食卓を彩りましょう。

※参考文献：厚生労働省が発表している年代別の適正睡眠時間



## 突然の雨に注意

短時間で大量の雨が降りやすいこの時期は、洪水や土砂崩れなどの自然災害が起こる可能性も高くなります。黒い雲が近づいてきたり、急に涼しくなった、かみなりの音がきこえたら、要注意です。外出やレジャーに出かける際は、早めの判断をして天候の変化に十分に気を配りましょう。



## 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>



□ にこにこキッチン □

## 【サラダうどん】



### 《材料》 2人分

うどん…2玉（冷凍でも乾麺でも可）  
豚肉（薄切りスライス）…100g  
きゅうり…1本 わかめ（乾燥）…5g  
コーン（粒）…大さじ2 レタス…適宜  
料理酒…大さじ2 麺つゆ…1カップ

### ＜作り方＞

- ① 鍋に湯を沸かし料理酒をいれ、豚肉を1枚ずついれて火を通し冷ます。
- ② きゅうりは薄切り、わかめは水で戻し熱湯をさっとかけて切り、冷ましておく。
- ③ 麺をゆでて、冷水で冷やす。
- ④ ③を皿に盛り②とコーン・レタスをのせ、麺つゆをかけて出来上がり

♡ おうちにある野菜をトッピングしてね。

トマトやすりごまもおすすめです♪

♡ ①のゆで汁に夏野菜・シーチキン缶とカレールーでお手軽な“夏野菜カレー”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。

😊 屋地楽習館図書室 ♡ こども図書館・えほんの森 ♡ 鶴田中央公民館図書室

開館時間：午前9時～午後5時30分 休館日：月曜日・第3日曜日：8/21

上記マーク表示のさつま町内・図書室で本を借りることができます。



| 【図書館】 | 【絵本名】            | 【対象年齢】 | 【作家・画家】                                                        | 【出版社】 |
|-------|------------------|--------|----------------------------------------------------------------|-------|
| ◇     | 【おばけなんてないさ】      | ……0歳～  | せなけいこ/絵 慎みのり/作詞<br>童謡「オバケなんてないさ」が、ユーモアあふれる貼り絵で楽しい絵本になりました。     | ポプラ社  |
| 😊♡◇   | 【どんどこ ももんちゃん】    | …1歳～   | とよたかずひこ/作・絵                                                    | 童心社   |
| 😊♡    | 【ガンピーさんのふなあそび】   | …2歳～   | ジョン・バーニンガム/作<br>ガンピーさんのふなに動物たちがつぎつぎのってきて大騒ぎ！                   | ほるぷ出版 |
| 😊     | 【こぶたのブルトンなつはプール】 | …3歳～   | 中川ひろたか/作 市居みか/絵                                                | アリス館  |
| ♡     | 【すいか！】           | ……4歳～  | 石津ちひろ/文 村上康成/絵                                                 | 小峰書店  |
| ♡     | 【おぼんぼんぼんぼんおどりの日】 | …5歳～   | ますたけう/作 たちもとみちこ/絵<br>おじいちゃんの畑であま～く育ったすいか。読めば誰でも、すいかが食べたくなっちゃう！ | 文芸堂   |