

こらめ こらこら



第15号
令和5年5月26日

鯉ヶ沢町子育て支援センター
「こらめちゃんルーム」

社会福祉法人みちのく会
幼保連携型認定こども園舞戸保育所
舞戸町字下富田29番地7
☎:0173-72-2277
☎:080-7730-4263
子育て支援担当:保育教諭
佐藤 彩花(さとう あやか)

梅雨の季節がやってきました。雨が降ってじめじめしたり、カラッと晴れたり
と天気の変りやすいこの時期は体調を崩しやすいので、十分に注意が
必要です。衣服の調節にはいつも以上に気を配るようにしていきましょうね。

6月の予定

- 7日 (水) 子育て講座(離乳食教室)(10:00~)
※舞戸公民館2階和室現地集合
- 10日(土) 開放日(園舎と園庭開放)
- 15日(木) 身体測定
- 23日(金) 手作り玩具製作
- 27日(火) 紙芝居読み聞かせ(9:00~)
- 30日(金) 読書DAY(10:00~11:30)
※日本海拠点館2階図書館現地集合

土日祝日は基本お休みとなりますが、月一回、土曜日に園舎と園庭を開放します。
カレンダーの緑色の日がこらめちゃんルームの活動日(こらめっこらぶ)となります
のでぜひ遊びに来てくださいね♪

※感染症の流行や園での行事等のため中止・変更とさせていただきます
LINE 公式アカウントやお電話でのご確認をお願いします。

* 6月 *						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7 離乳食教室	8	9	10 開放日
11	12	13	14	15 身体測定	16	17
18	19	20	21	22	23 製作日	24
25	26	27 紙芝居	28	29	30 読書DAY	

★子育て講座(離乳食教室)(10:00~11:30)

離乳食時期のお子様をお持ちの保護様を対象に舞戸公民館2階和室にて離乳食教室を行います。管理栄養士の戸澤美代子先生が講師として来てくれます。又、助産師さんに育児相談もできますよ♪ 定員は10組となります。

参加したい方は6月5日(月)までにこちらへ連絡していただいても構いませんので、お気軽にお電話やお声掛けください。

★開放日(8:30~15:00) 月一回、土曜日に園舎と園庭を開放します。

★身体測定

お子さんの身長と体重を測りませんか?もし、その日に行けない...という場合はお気軽に声をかけていただければ来ていただいた日でも測定できます♪手形・足形アート製作も行うので汚れても大丈夫な服装でお願いします。製作に必要なものはこちらで用意してあります。

★手作り玩具製作

トイレットペーパーの芯を使って手作り玩具を製作します。製作に必要なものはこちらで用意してあります。

★紙芝居読み聞かせ(9:00~)

鯉ヶ沢町の能登谷 登さんが紙芝居を披露しに来てくれます。色々な紙芝居が見られて楽しいですよ♪

★読書DAY(10:00~11:30)

お天気のよい日は拠点館の周辺をお散歩しませんか?まだ歩けないお子さんはベビーカーか抱っこ紐を持参でお願いします。場所は日本海拠点館2階図書館に集合となります。借りた本を入れる袋をお持ちください。



家庭での食中毒予防のポイント

食中毒は、家庭の食事で発生する危険性もあります。日頃から食中毒予防を心がけましょう。

1 食品の購入

肉、魚、野菜などは、新鮮なものを選び、表示のある食品は、消費期限などを確認しましょう。購入後は、寄り道せずに帰りましょう。



2 家庭での保存

冷蔵や冷凍が必要な食品は、帰宅後すぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れましょう。冷蔵庫で細菌が死ぬわけではありません。早めに使いきりましょう。



3 下準備

手は石けんで洗い、生の肉や魚と生で食べる食品は、包丁やまな板を使いわけましょう。生の肉、魚、卵を扱った後も手を洗いましょう。



4 調理

石けんで手洗いをし、加熱して調理する食品は十分に加熱しましょう。調理を中断する時は、料理を室温に放置せずに、冷蔵庫に入れましょう。



5 食事

清潔な手で、清潔な器具を使って、清潔な食器に盛りつけましょう。食べる前は石けんでしっかりと手洗いをしましょう。



6 残った食品

残った食品は、小分けにして保存します。保存した食品はなるべく早めに食べるようにして、温め直す時は十分に加熱しましょう。



食中毒の原因と症状

原因菌	感染経路	症状
サルモネラ菌	レバーや刺身、ハム、ソーセージなど	腹痛、下痢、発熱 など
腸管出血性大腸菌 [O-157、O-111、O-26、O-128 など]	井戸水、生野菜、牛などの生肉	激しい腹痛、血便、水のように激しい下痢便、けいれん など
ブドウ球菌	手指に傷がある状態での調理	激しい腹痛、下痢、おう吐など
ボツリヌス菌	ハチミツなど(1歳までは与えない)	おう吐、下痢、呼吸困難など

食中毒の原因となる病原体はこのほかにもありますが、特に腸管出血性大腸菌には注意が必要。おう吐を繰り返すときや、激しくおなかを痛がるときはすぐに病院へ急ぎましょう!



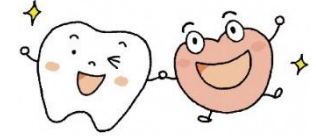
歯を強くするカルシウムが多い食べ物



歯のおもな構成成分はカルシウムです。カルシウムは、牛乳・乳製品や小魚、青菜などに多く含まれています。カルシウムは日本人が不足しがちな栄養です。意識してとるようにしましょう。



6月4日~10日は



歯と口の健康週間

鯨ヶ沢町子育て支援センター
「こうめちゃんルーム」
社会福祉法人みちのく会
幼保連携型認定こども園 舞戸保育所
舞戸町字下富田 29 番地 7
☎：0173-72-2277
☎：080-7730-4263
子育て支援担当：保育教諭
佐藤 彩花（さとう あやか）

鯨ヶ沢町子育て支援センター

こうめちゃんルーム

舞戸保育所では鯨ヶ沢町から委託を受け、子育て支援センター事業「こうめちゃんルーム」を行い、子育て親子の交流の場の提供と交流の促進、子育て等に関する相談・援助の実施、地域の子育て関連情報の提供、子育て及び子育て支援に関する講習等の実施等、地域の子育て支援機能の充実を図る取り組みを実施しています。

お子さんやお孫さんの遊び場所をお探しの方、遊び相手をお探しの方、成長の喜びや地域の子育て情報を共有できる子育て仲間を作りたい方、ぜひお子さんと一緒に遊びにいらしてみてください。歌ったり、遊んだり、製作をしたり、楽しいことをいっぱい見つけましょう。子どもたちが健やかに成長できるよう、お手伝いしていきたくて思っていますので、どうぞよろしくお願いいたします。

●日程：週3日の活動を予定しています。

活動予定日は、LINE 公式アカウント(@koume_room)・舞戸保育所ホームページ・子育て通信「こうめこころ」・お電話でのお問い合わせにてご確認ください。

・園で感染症等が流行している場合には延期または中止させていただくこともあります。

●時間：午前の部 8:30~11:30 午後の部 13:00~15:00

●場所：舞戸保育所 子育て支援室

●対象：子育て家庭の親子

●お申し込み：LINE 公式アカウント(@koume_room)、お電話、または舞戸保育所ホームページのお問い合わせフォームにてお申し込みください。当日参加も大歓迎です。

※利用料金はかかりません。

※お子さん用の飲み物・おしぼり・紙おむつやお着替え等を持って、活動時間内にお集まりください。

※駐車場は舞戸保育所園庭をご利用ください。

お問い合わせフォームは
こちら↓



子育てに1人で悩んでいるママさん！

子育てに不安や疑問を感じたとき、1人でどうしていいかわからないママさん！
まずはお気軽にお話しませんか？
子育て支援室に遊びに来るがてらご相談して下さってもいいですし、LINE 公式アカウントやお電話からもご相談を受け付けておりますので、よかったらお友だちになってください！

●出張子育て支援●

毎月の乳児健診に合わせ、午後の部に
て中央公民館1階講習室で出張子育て
支援を行っております。
製作や遊びの活動が中心となります。
お子さん、お母さん同士の交流を楽し
めるようにしていますのでぜひ遊びに
きてください！



●読書 DAY●

(日本海拠点館の図書コーナーに
絵本を見に行く日)

お散歩しながら日本海拠点館の図書
コーナーへ行き絵本を楽しみませんか！
※お知らせしていただければ、天候に限ら
ず日本海拠点館現地集合でも OK です！



●こうめっこくらぶ●

お子さんのお遊びが中心の日
園庭や園舎を開放します。
広いホールや園庭でのびのび遊ぼう！
いろいろなおもちゃを用意して
お待ちしております。
また、製作をしたり歌を歌ったり、
親子でふれあい遊びをして
楽しい時間を過ごしましょう。



●子育て講座●

子育てに関する知識やスキル
を高める勉強会や、お母さん
のリフレッシュを図る楽しい
体験講座などを行います。



●子育て相談●

子育てについて知りたいことや
相談したいことに
子育て支援担当者が答え、
不安の解消を図ります。
どんなことでもお気軽に
ご相談ください。
※事前にご予約をお願いします。

