

令和3年1月

子育て支援センター きたなかぐすくだより

～広げよう子育ての輪～

〒901-2311 北中城村字喜舎場 244

TEL/FAX 982-0505

北中城村役場 HP にて毎月のお便りを掲載しています。

<http://www.vill.kitanakagusuku.lg.jp>

○親子遊び時間 (対象: 0歳児～就学前の乳幼児)

平日 午前9時～12時 午後1時～4時

○電話相談・来所相談 (個別相談要予約)

平日 午前8時半～12時 午後1時～5時



1月の予定

(※新型コロナウイルスの状況により、予定が変更になる場合があります。)

- 1 (金) 元旦 (休館日)
- 4 (月) 利用開始
- 19 (火) ちゅらクラブ (※午前中の親子遊びはお休みとなります。)

- 25 (月) ~27 (水) ミニ講座『節分お面製作』
○製作時間…午前の部①②

どちらか好きな方を選んでね♪



- 26 (火) 出前支援 子育てサロン (大城公民館) 『節分お面製作』
○開館時間…10時～12時
○製作時間…10時半～11時
○参加費…一世帯100円 (おやつ代)
○場所…大城公民館

子育てサロンでも製作できます！遊びに来てね♪

- 28 (木) 保健師訪問日 身体測定・健康相談

○定員: 先着15組

○受付時間: 9時30分～11時

○親子手帳をご持参下さい。

○混雑が予想されます。安全に測定できる環境作りの為、
午前中の親子遊びはお休み(測定・相談のみ)の利用となります。

※お願い※

感染症拡大防止の伴い、三密を避けるため、入室は7組ずつとし受付順にお呼びします。

受付を済ませ、7組以上の場合は防災広場などでお待ちください。測定終了後は速やかに帰りますよう、ご協力お願いします。

- 上記以外の日 は 「親子遊び」 です。

『親子遊び』とは…

親子と一緒に遊ぶ触れ合いの時間を目的とし、自由に遊べるよう室内を開放する日です。お友達親子との交流も楽しむ事ができます。怪我やトラブルのないよう、保護者の責任の元、気を付けて遊びましょう。お子さまの側に付いて、大人も一緒に遊びましょう。



感染症拡大防止の為、当面の間、利用の仕方が変わります。ご協力宜しくお願いします。

☆利用時間…いずれかの時間帯(一日一回の利用)でご利用下さい。

<午前> ①9時～10時
②10時30分～11時30分

<午後> ③1時～2時15分
④2時45分～4時

○利用時間の前後30分は消毒・換気の為、一時閉館となります。
○三密を避けるため、混雑してきた場合は受け入れ人数を制限する事や、
次回の利用をお勧めすることもあります。予めご了承下さい。
○育児相談は開館時間中受け付けています。

☆体調確認…入室時に親子の検温をお願いします。
(※咳・鼻水・発熱などの症状がある方は利用できません。)

☆マスク…大人のみ。

☆飲食…おやつ(食べ物)は禁止、水分は持参して下さい。

☆利用自粛協力期間…

- ・県外渡航歴がある方…2日間
- ・国外渡航歴がある方…14日間
- ・濃厚接触の可能性のある方…14日間

喜舎場保育所の「おやつ(給食)」 見せて下さ〜い♪



シューシー+牛乳

(材料: 豚肉・ネギ・人参)



りんご蒸しパン+牛乳

(材料: りんご・ホットケーキミックス
シナモンパウダー・豆乳
トッピング: 小麦粉・こめ油・きび糖・豆乳)



野菜のかき揚げ+牛乳

(材料: 人参・玉ねぎ・いんげん・
ごぼう)

☆乳幼児にとってのおやつとは栄養を補う食べ物のことを意味します。

乳幼児は、食事と食事の間(午前と午後)におやつ(捕食)を取り入れて、成長に必要な栄養素を一日の中で少しずつ摂取していきます。

☆喉の詰まりに気を付けて!

だんご、餅、一口サイズのカップゼリー・野菜や果物(トマト・ぶどう・りんご等)などによる、子どもの窒息事故が増えています。口の動きを確認しながら、成長に合わせて切り方や調理の工夫をしましょう。

☆手軽なおやつ☆

- ・おにぎり・パン・果物・野菜・牛乳
 - ・ヨーグルト・小魚 など
- 成長に合わせて取り入れてみてはいかがでしょうか。

☆作りやすい手作りおやつ☆

- ・サンドイッチ・蒸し芋・ホットケーキ・フレンチトースト
 - ・ヒラヤーチー・クッキー・蒸しパン・野菜たぶら など
- 何か作ってあげたいと思った時に楽しく作ってみて下さいね♪



新年あけまして おめでとうございます。

新しい年の始まりは、何か素晴らしいことが起こりそうな期待感でいっぱいになります。子ども達にとってこの一年は、成長と変化の連続です。一人ひとりがのびのびとすこやかに成長する事を願って、本年も宜しくお願いします。

『子どものおやつって何を与えればいいのか?』『おやつと言えば市販のお菓子?』などおやつについて相談を伺うことがあります。皆さんも“乳幼児のおやつ”について一度は考えたことがあるのではないのでしょうか。そこで、喜舎場保育所の園児たち(1歳以上)が日々どんなおやつを食べているのか見せて頂きました。

楽しく食べて
元気に大きくな〜れ!

