

2015 平成27年

11

第92号



太陽が沈むのが日に日に早くなり、朝夕は冷え込むようになってきました。木々の葉っぱも赤や黄色へと色づき始め、秋の深まりを感じます。あいあいホールでは先月から始めた砂遊びが大人気。おかあさんと一緒にテラスに出て、砂で遊ぶ子どもたちの姿がよく見られます。

これから、インフルエンザや風邪などが流行しやすい時期でもあります。日頃から十分な睡眠と栄養のバランスのとれた食事を取り、風邪に負けないじょうぶな体づくりをしましょう。

今月もたくさんの方の来館をお待ちしています。



久御山町子育て支援センター

あいあいホール所長 大矢 恭子

子育て支援センター あいあいホールでは

- *プレイルームでは、就学前の親子が遊べます。
- *みるく♡サロンは、水曜日 午前10時30分～正午まで談話室で開いています。
(対象は2、3か月から10か月ぐらいまでの赤ちゃんとその保護者、妊婦さんです)
- *午前・午後の2回お片づけの時間を決め、その後、親子で手遊びや体操などを行っています。
- *子育てで困っていること、悩んでいることがあれば、お気軽にご相談ください。
- *各事業の開催日は入館を制限する場合がありますので、ご了承ください。

開館時間	午前8時30分～午後5時 (プレイルーム利用時間 午前9時～午後4時)
------	--

休館日	月曜日・祝日・日曜日(第2日曜日は開館)
-----	----------------------

【発行】 久御山町子育て支援センター「あいあいホール」
TEL 0774(41)2263 / FAX 0774(41)2283

あいあいクッキングに参加しました！！
(10月6日火曜日)

♡当日は8組の親子の参加があり、久味の会の方に指導していただきながら、とうふだんごづくりを楽しみました。だんご粉と豆腐を混ぜて、こねこね……。今度は手のひらでくるくる……。お湯に入れてしばらく 待って……。できたおだんごは、きなこをまぶして食べました。おなかも満腹！親子で楽しい時間を過ごしました。



さつまいもの蒸しパン



※今月は今が旬のさつまいもの蒸しパンの作り方を掲載します。電子レンジでも作れますよ！

♡材料（約8人分） さつまいも・・・中1/2本 ホットケーキミックス・・・200g

卵・・・1個 牛乳・・・150cc

♡作り方

①さつまいもは1.5cm角に切り、水にさらしておく。

②ボウルにさつまいも以外の材料をすべて入れ、泡だて器でよくかき混ぜる。

③①のさつまいもの水気をよく切って②に混ぜる。

④紙カップやマグカップなどに②を八分目まで流し、蒸し器に入れ、中火で5～6分蒸す。（電子レンジで2分ほどでもOK！）

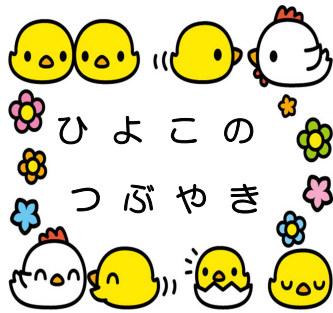
Ⓜ卵アレルギーのある方は卵の代わりに水を50cc増やしてください。



♡わらべうたであそぼう♡

♪ どんぐり ころちゃん あたまは とんがって
おしりは ペっしゃんこ どんぐり ぱちくりしょ
ぽーん！

※最後の「ぽーん」で抱き上げてストンと降ろしてあげましょう。



インフルエンザとかぜは何が違うの？

かぜは、のどの痛み、鼻水、くしゃみ、咳などの症状が中心で全身症状はあまり見られません。

インフルエンザは、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など、全身の症状が突然現れます。また、かぜと同様に、のどの痛み、鼻水、咳などの症状も見られます。突然の高熱がでたら病院で見てもらいましょう。

インフルエンザかも！？

- 進行が速い
- 38℃以上の高熱
- 激しい頭痛や筋肉痛
- 咳がたくさん出る



読書の秋です！

10月27日から11月9日は、読書週間です。読書の秋にちなんで、親子で絵本を楽しみませんか？

あいあいホールでは、図書館司書による読み聞かせを行っています。

開催日は、毎週木曜日と第4金曜日の親子ひろば（地域福祉センター）です。

毎月のあいあいだよりの予定表で、時間の確認をお願いします。

お子さんと一緒に、楽しいひとときを過ごしましょう。



11月の日曜開館は、8日です。

砂遊びを楽しみましょう。