



# ぴよんぴよん通信 12月

vol.77 2019・12



発行者

日立市社会福祉協議会  
十王子どもの広場  
南部子どもの広場  
問合せ先 37-1122

冬らしくなってきたかと思えば、季節が逆戻りする日もあり  
体調管理が難しく感じます。日暮れも日ごとに早くなってきました。  
街のあちこちで、クリスマスの装飾やイルミネーションなどが見られ、心躍る季節ですね。  
寒さに負けず元気で過ごしていきましょう！



## 広場開設案内

	十王子どもの広場	南部子どもの広場
開設日	毎週月・火・水・金曜日	毎週水・木・金・土曜日
時間	午前9時から 午後4時まで	午前9時30分から 午後4時30分まで
場所	日立市十王交流センター 児童室 (十王町友部129-2)	日立市立南部図書館 おはなしの部屋 (久慈町3-24-1)



## 十王子どもの広場

## 12月の日程

## 南部子どもの広場



16日(月) 身体計測(講座時)

16日(月) 講座『生活リズムと冬の感染症』(託児有)  
※申し込み受付開始 11月26日(火)午前9時30分～

○今月のペンギンタイム(毎週水曜日10:30～11:00)  
4日・11日・18日・25日

○年末年始のお休み12月28日(土)～1月5日(日)



ぴよんぴよんタイム・ペンギンタイムは、手遊びや読み聞かせなど、親子のふれあいを目的に、毎週おこなっています。気軽にご参加ください！

18日(水) 講座『歯の健康について

(講話・ブラッシング指導)](託児なし)

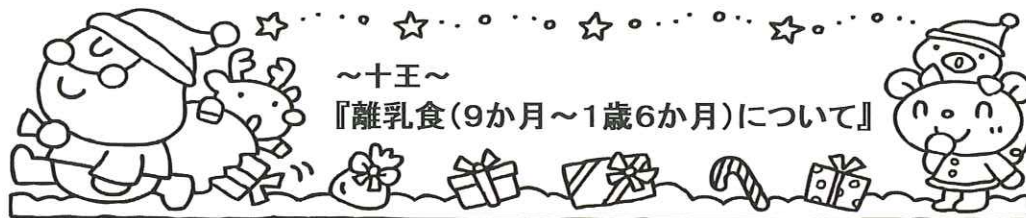
※申し込み受付開始 11月28日(木)午前9時30分～

○今月のペンギンタイム(毎週水曜日10:30～11:00)  
6日・13日・20日・27日

○年末年始のお休み12月28日(土)～1月7日(火)  
(南部図書館休み12月28日(土)～1月4日(土))



## ～1月の講座～



～十王～

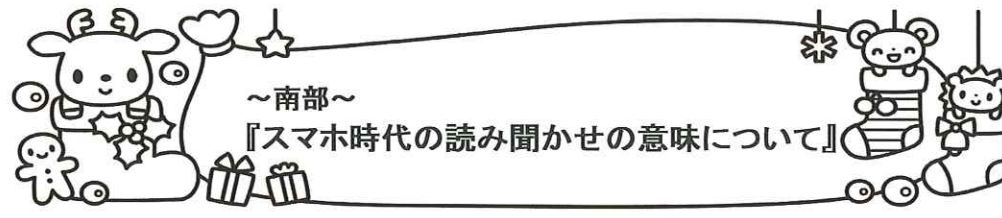
『離乳食(9か月～1歳6か月)について』

日時 1月27日(月)  
10時30分～12時  
場所 十王交流センター 和室  
講師 市健康づくり推進課 栄養士  
対象 乳幼児の保護者

受付開始  
1月9日(木)午前9時30分～



※参加希望者は、申込み(37-1122)してください。  
※講座の間お子さんをお預かりいたします(託児)→先着20名



～南部～

『スマホ時代の読み聞かせの意味について』

日時 1月23日(木)  
10時30分～12時  
場所 久慈交流センター 2階会議室  
講師 茨城キリスト教大学 教授  
原口 なおみ先生  
対象 乳幼児の保護者

受付開始  
1月7日(火)午前9時30分～



※参加希望者は、申込み(37-1122)してください。  
※講座の間お子さんをお預かりいたします(託児)→先着15名



## おすすめ えほん♪



### 『サンタのおまじない』

作・絵 菊池 清

富山房

クリスマスイブの日にけんちゃんに荷物が届きました。けんちゃんが、クリスマスプレゼントだと思ってワクワクしながら箱を開けてみると、あらあら、けんちゃんの嫌いな野菜ばかり。でもサンタさんから「ひとつずつ てにとって いち にい サンタ!とおまじないをいってね」とお手紙が入っていました。

けんちゃんがまず始めにピーマンを手にとり、おまじないを言ってみると、ちよきちよきぱちん! なんとクリスマスツリーに変身しました。その後も、おまじないと共に野菜が次々に乗り物やサンタクロースになっていきます。楽しい切り絵絵本です。お子さんの年齢によってその年頃にあった感じ方ができる本だと思います。はさみを使えるお子さんなら、切り絵をまねしてみたくなるかもしれませんね。



## 体を使ってあそびましょう!



寒い季節は、どうしても室内で過ごすことが増えがちですが、外で体を十分動かして遊べるようになったお子さんは、お天気の良い日には、しっかりと防寒をして元気に外あそびを楽しみましょう!

この時期に外気にあたりながら、体がポカポカするような運動をすると体力だけではなく、交感神経や副交感神経への刺激にもなり、免疫力がアップして強い体になります。楽しみながら風邪に負けない体を作っていきましょう!



## ～南部子どもの広場11月の講座の様子です～

市健康づくり推進課の栄養士さんに、栄養についてのお話と調理実習をしていただきました。



### 楽しい試食タイム♪

みんなで食べるご飯はおいしいな!  
あっという間にお皿は空っぽでした。



### ★ 参加したママの感想 ★

学生時代の調理実習みたいですごく楽しかったです。  
豆腐を入れて作るお好み焼き、子どももしっかり食べていたので家でも作ろうと思います。ありがとうございました。  
あと、薄味も心がけようと思います。

## 冬至は健康祈願の日! 12月22日

一年で昼がいちばん短く、いちばん夜が長い冬至。  
冬至には「ゆず湯」に入り、かぼちゃを食べる風習が古くからあります。  
たっぷりのお湯にゆずを浮かべると、子どもたちも、いつもと違うお風呂に喜ぶことでしょう。  
血行促進効果がある「ゆず湯」や栄養価の高いかぼちゃが身体を風邪から守ってくれます。

