

ぴよんぴよん通信 10月

vol.87 2020・10

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



爽やかな秋風に乗って食欲・読書・スポーツなど、実りの多い楽しい季節がやってきました。
朝夕は気温差があり、健康管理には十分気をつけていきたいですね。

新型コロナウイルス感染症の拡大を防止する観点から、当面の間、子どもの広場の利用方法を下記のとおりいたします。

十王 子どもの広場

利用日 月・火・水・金(祝日を除く)
利用時間 午前 10時～11時30分(90分)
午後 1時30分～3時 (90分)
利用人数 午前、午後各回ともに3組まで
利用方法 電話予約
Tel.080-3398-3335

南部 子どもの広場

利用日 水・木・金・土(祝日を除く)
利用時間 午前 10時～11時30分(90分)
午後 2時30分～4時 (90分)
利用人数 午前、午後各回ともに3組まで
利用方法 電話予約
Tel. 080-3389-3336

～ご利用にあたって～

・利用当日は、検温等、健康上の確認をお願いします。発熱や風邪症状のある場合は利用をご遠慮ください。

～11月の講座～



日時 11月30日(月)
10時30分～正午
場所 十王交流センター 調理室
講師 中里 美佳さん(パティシエ)
対象 乳幼児の保護者(先着6人)
持ち物 エプロン・三角巾・ふきん2枚
参加費 200円

受付開始
11月12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します。



10月の講座

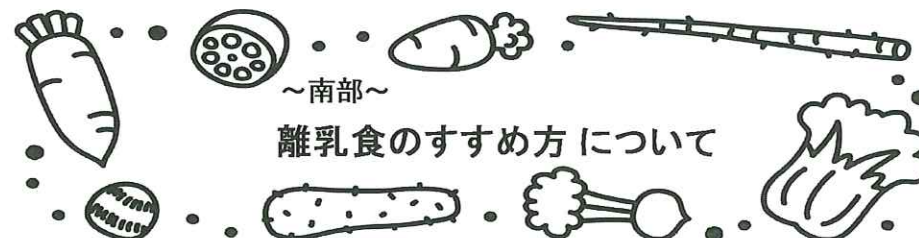
十王 子どもの広場

26日(月)講座『乳幼児の歯の健康についてのお話』(託児なし)
※講座受付開始 10月13日(火)午前9時30分～
(会場:十王交流センター)
※今月の身体測定はありません。



南部 子どもの広場

22日(木)講座『乳幼児の健康について』
(託児なし)
※講座受付開始 10月12日(月)午前9時30分～



～南部～

離乳食のすすめ方について

日時 11月19日(木)
10時30分～正午
場所 南部図書館 創作室
講師 市健康づくり推進課 栄養士
対象 乳幼児と保護者(先着10組)
内容 離乳食のすすめ方についての講話(個別相談あり)
参加料 無料

受付開始
10月27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。
託児はありませんので、ご了承ください(お子さんと一緒に参加になります)





おすすめえほん



『おーいおーい』

作 さとうわきこ

ばばあちゃんの絵本でおなじみの、さとうわきこさんの作品です。子どもが「おーいおーいってよんだらへんじして」と呼ぶと、かぼちゃ、おいも、たまご、等々、身近なものが次々返事をして集まってきます。その返事が、かぼちゃならば「ぼちゃ ぼちゃ どすどす ずずん ずずん」といった感じで、それぞれの個性があふれ、リズムカルで読んでいて楽しい気分になってきます。みんな集まった後に一緒に楽しく遊んで、最後には…！？ もう一回読みたくなる絵本です。

👁️ 10月10日は目の愛護デー

暗い所でテレビを見たり、悪い姿勢で本を読むと視力の低下につながります。小さな頃から、目を大切にしましょう。

目を健康に保つためには、毎日の過ごし方が大切です。以下の「目を大切にする3つのやくそく」をお子さんに伝えて、守れているときにはほめてあげましょう。

1、目を休めよう

目は、とても疲れやすいです。テレビなどの画面は、時間を決めて見よう。

2、明るいところで読もう

本は暗いところで読まず、明るいところで読もう。

3、遠くを見よう

テレビ・ゲームや携帯での動画などで、目をたくさん使ったあとは、遠くを見よう。



◇ 目の様々な症状に効果的な食べ物 ◇

- ・眼病予防…ほうれん草、パセリなど
- ・目の筋肉疲労を防ぐ…大豆、ごま、豚肉、たらこ、玄米など
- ・眼精疲労改善…お茶、たまご、アボカドなど
- ・結膜を正常に保ち、目の機能を活発にする…牛乳、レバー、のり、さばなど

※お子さんには、年齢やアレルギーを考慮した上で、与えてください。

◇ 視力低下の4つのサイン ◇

- ①「対象物に近づいていく」 ②「まばたきが多い」
 - ③「よく目を細めている」 ④「頻繁に目をこすっている」
- このようなことをしていたら、必ず目が悪いとは断定できませんが、原因の一つとして疑ってみると良いでしょう。

目の健康のため、ぜひ意識して親子で向き合ってみてはいかがでしょうか。



十王子どもの広場 ☆ おへやの壁面紹介

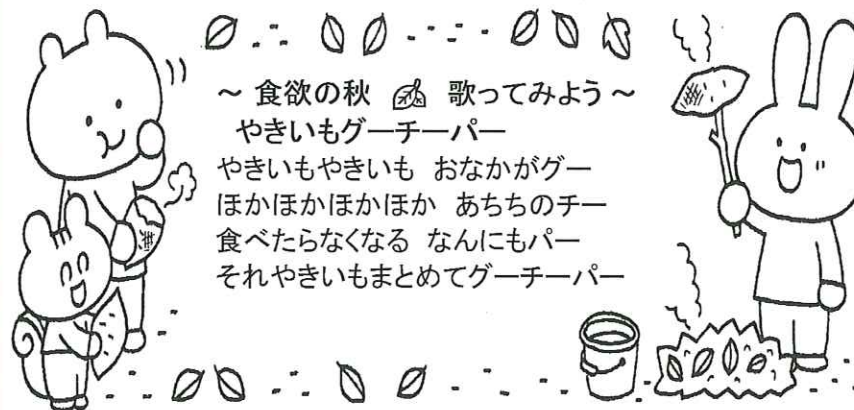
十王子どもの広場では、現在休止しているぴよんぴよんタイム内の製作の代わりとして、少しでも製作に親しんでもらおうと、毎月、参加型の壁面を行っています。数に限りはありますが、簡単な製作なので、遊びに来た際にはぜひ皆様の参加を、お待ちしております！



8月は、小魚のウロコや目を貼って、泳がせてもらいました！



9月はトンボの製作で参加をお願いしました。とんぼのめがねは〜♪



🍂 . . . 🍂 🍂 🍂 🍂 🍂

～食欲の秋🍁歌ってみよう～
やきいもグーチーパー

やきいもやきいも おなかガグー
ほかほかほかほか あちちのチー
食べたらなくなる なんにもパー
それやきいもまとめてグーチーパー