

11月の予定

「おはなし会」～大型絵本～
11月8日(火)10:00～
 今回のおはなしは
 「月ようびはなにたべる」です!
 (申し込み前日まで 参加費無料)



クッキング～肉まん～
11月15日(火)10:00～
 寒い季節にぴったりの
 あつあつメニューです😊
 (申し込み10日まで 参加費300円)

制作※スノードーム※
11月21日(月)10:00～
 これからの季節にぴったり!
 きらきらかわいい置き物です😊
 (申し込み18日まで
 参加費300円)



★行事がない日もお気軽に遊びに来てください。

「ま～なひろば」
 毎週木・金曜日

*場所 スポカルイン黒石
 2階 親子アリーナ
 *時間 9:00～12:30

◎お知らせ

11月17日(木)

- ・クリスマス制作をします。
- ・保健師による健康相談も行っています。
- ・第3回ま～な講座AYANOさんによる「歌遊び」があります。詳細は別紙をご覧ください。申し込みはま～なひろば又は美郷保育園まで。



平成28年度 11月

あけぼの保育園 支援だより

<11月>

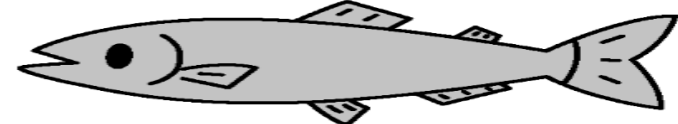
月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4 ま～な ちくちく工房	5	6
7	8 おはなし会	9	10 ま～な	11 ま～な ちくちく工房	12	13
14	15 クッキング	16	17 ま～な	18 ま～な ちくちく工房	19	20
21 制作 スノードーム	22	23	24 ま～な	25 ま～な ちくちく工房	26	27
28	29	30	← 支援センターお休み →			

☆あけぼの保育園 子育て支援センター

◎ 開放時間：月曜日～土曜日(8:00～13:00)

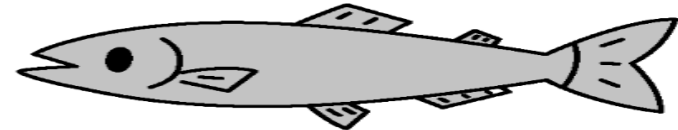
- *木・金曜日…ま～な
- *金曜日……ちくちく工房
(手芸サークル)

気軽に遊び
 に来て下さ
 いね!



サケとシャケ の違い?

「サケ」と「シャケ」。呼び方の使い分けはしていますか? あるテレビ局では、生物としての名前を「サケ」、食品としての名前を「シャケ」と呼び分けているそうです。また、加工する前を「サケ」、加工後を「シャケ」ということもあるようです。



絵本の紹介

だいすきぎゅつぎゅつ

本を読んだあとぎゅつ。お散歩したあとぎゅつ。うさぎのがママが、ぼうやを何度もぎゅつと抱きしめる。うれしいな、もういっぺん…。たっぷりの愛情を感じる絵本。



文：フィリス・ゲイシャイトー
 絵：デイヴィット・ウォーカー
 出版社：岩崎書店



あけぼの保育園
 〒036-0321
 黒石市あけぼの町95
 TEL 53-1992
 FAX 53-5525

2歳未満は要注意！ RSウイルス感染症

秋から冬にかけて多くなる「RSウイルス感染症」。感染力が強く、2歳までにほぼ100%感染するとも言われます。年齢が低いほど重症化しやすく、呼吸困難になったり、気管支炎、細気管支炎、肺炎などの合併症を起こしたりすることもあるので「なぜかな」と感じたら、念のため病院へ行きましょう。

38~39℃
の高熱

ゼイゼイと
いう呼吸音

激しいせき

鼻水

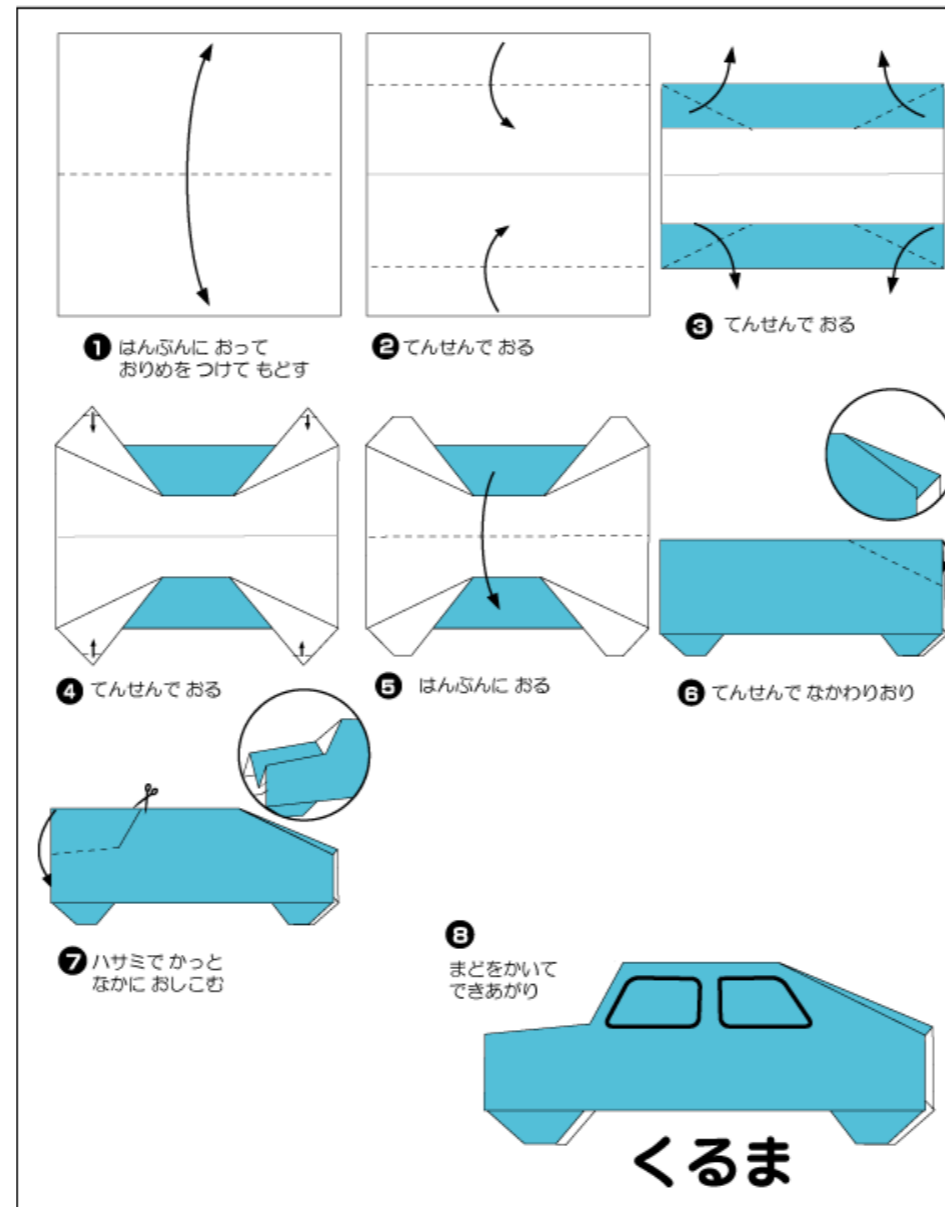
せきがひどいときは……

- 体を起こすか、縦抱きにして背中をさする
- 室温は上げすぎず、加湿する
- 水分を少しずつゆっくり飲ませる

お風呂に注意！りんご病

りんご病はほっぺが赤くなり、腕や足に赤い発しんが出る病気。熱はほとんど出ず、かぜのような症状だけなので、普段と同じように生活して大丈夫です。ただ、お風呂に入って血行がよくなると、発しん部分のかゆみが増すことがあります。発しんがあるうちはお風呂を短時間で切り上げましょう。また、日光に当たってもかゆくなることがあるので、外あそびなども控えめにします。

☆くるま☆



11月のおいかみ

11月休日救急当番医

実施日	病院・診療所名	住所	TEL
3(木)	かきさか医院	寿町16	53-2255
6(日)	ちとせクリニック	ちとせ1丁目139	53-7228
13(日)	盛耳鼻咽喉科	浜町3	53-1187
20(日)	黒石あけぼの病院	あけぼの町52	52-2877
23(水)	黒石診療所	ちとせ3丁目6	53-3015
27(日)	山谷胃腸科内科	温湯上川原7-10	54-8370

簡単クッキング

ねぎ塩がからんだ豚肉はごはんが進みます。作りやすく、おいしいおすすめメニュー！！

ねぎ塩だれ肉じゃが

<材料> (2人分)

じゃがいも・・・3~4個

ねぎ・・・1/2本

A { ごま油・・・大さじ1

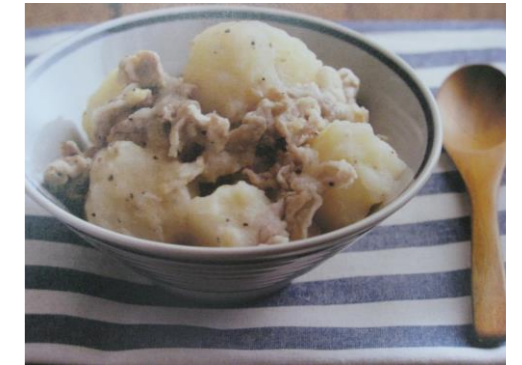
塩小さじ1/4

粗びき黒胡椒 適量

豚バラ薄切り肉

B { 酒1/4カップ

顆粒鶏ガラスープの素小さじ1



<作り方>

- ① じゃがいもは皮をむいてひと口大に切り、水にさらす。
- ② ねぎはみじん切りにする。Aに加えて混ぜ合わせ、豚肉にからめる。
- ③ 鍋に①を入れ、かぶるくらいの水とBを入れて煮る。汁気がなくなったら水を足す。
- ④ じゃがいもに竹串がスーッと通るくらいまで煮えたら、②を汁ごと加え、広げてのせる。
- ⑤ 落とし蓋をし、汁気がなくなるまで煮る。



11月乳幼児健診 (場所: スポカルイン黒石)

健診別	実施日	対象者	受付時間
乳児健診	11/8(火)	H28年 7月生	午後0:15~0:30
1歳6カ月児健診	10(木)	H27年 4月生	午後0:30~0:40
2歳児健診	24(木)	H26年 4月生	午後0:30~0:40
3歳児健診	9(水)	H25年 4月生	午後0:15~0:30