

9月の予定

ママクラブ「茶道教室」
9月12日(火)10:00~
 お子さんと一緒に茶筌を振ってみませんか? 季節のお菓子とお抹茶をいただくだけでもいいですよ♪
 (申し込み8日(金)まで 参加費 100円)

おはなし会「紙芝居」
9月16日(土)10:00~
 赤ちゃんでも楽しめる紙芝居の読み聞かせを行います☆
 (申し込み前日まで 参加費 無料)

クッキング「エッグタルト」
9月20日(水)10:00~
 余りがちな餃子の皮を使ったお手軽簡単レシピ! 見た目も可愛い♡
 (申し込み16日(土)まで 参加費 300円)

なかよしランド「しゃぼん玉遊び」
9月25日(月)10:00~
 園庭で秋を感じながら親子と一緒にしゃぼん玉遊びを楽しみませんか?
 (申し込み22日(金)まで 参加費 無料)

ちくちく工房 ~手芸サークル~
毎週金曜日 小物入れやバックなどを作っています♪

「ま〜なひろば」毎週木・金曜日

- ◎ 9月7日(木)、8日(金)は身体測定(身長・体重)をします。
- ◎ 9月21日(木)は運動会をします。
- ミニ講座は「スマホ・ゲームについて」です。
- また、12:30~14:00迄 育児相談も行っています。

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



平成29年度 **9月号**

あけぼの保育園 支援だより

<9月>

月	火	水	木	金	土	日
				1 ま〜な ちくちく工房	2	3
4 ← 園行事の為 お休み →	5	6	7 ま〜な	8 ま〜な ちくちく工房	9 園行事の為 お休み	10
11	12 ママ クラブ	13	14 ま〜な	15 ま〜な ちくちく工房	16 おはなし会	17
18 敬老の日	19	20 クッキング	21 ま〜な	22 ま〜な ちくちく工房	23 秋分の日	24
25 なかよし ランド	26	27	28 ま〜な	29 ま〜な ちくちく工房	30	

☆あけぼの保育園 子育て支援センター

◎ 園庭及び支援センター開放時間
 毎週月曜日 ~ 土曜日 (8:00~13:00)

* 上記で毎日開放していますので、自由に都合のいい時間にお越しください。

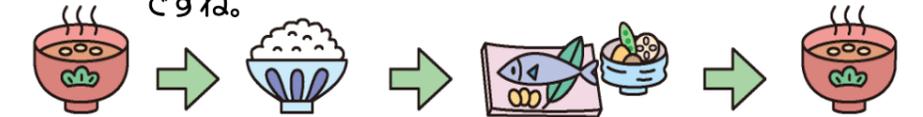


気軽に遊びに来て下さいね♪

食育広場

順番に食べるともっとおいしい!

お米を主食とする日本食は、ごはんとおかずをいっしょに食べることで、そのどちらかがよりおいしく味わえる、「口中調味」という食習慣を生み出してきました。ごはんが口の中にある間におかずを入れて、口の中で味を調整するという日本食独特の食べ方です。食事の始めに汁物でのを潤し、胃液の分泌を促します。そしてごはん、おかず、と箸を進めていきます。このように、順番に味わってこそおいしい和食の食べ方は、乳幼児期からの大切な食習慣として身につけていきたいですね。



おいしい絵本



『おしゃべりさん』

文・絵 / さいとうしのぶ (リーブル)



トーストがおしゃべりします。「きょうはなにを塗ってもらえるのかしら。わたしの希望は...」。プチトマトも「忙しい、忙しい、あっちこっちからわたしにちょこんと座ってほしいって、もうモテモテ~」。すすめの姉妹もおいしい物をいっぱい見つけて、おしゃべりします。食べ物のページでも、そのおいしそうなおしゃべりに誘われて、思わず食べたくなることでしょう。身の回りの物で、お話作りにも発展しそうな絵本です。



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

薄着で元気!

薄着していると、冷たい外気が刺激となって、自律神経などの神経系全体が活発に働くようになります。体温調節機能も高まるので、かぜをひきにくく、寒さに対する抵抗力が強い体になれるというわけです。

また、薄着は運動能力の発達を促すとも言われます。もこもこ着込んでいては、動きにくくて活動的になれませんね。かぜに負けず、元気に体を動かしてあそべる子でいられるよう、薄着を習慣づけていきましょう。



0～1歳のせきに注意!

ようきかんしえん

ぜんそく様気管支炎

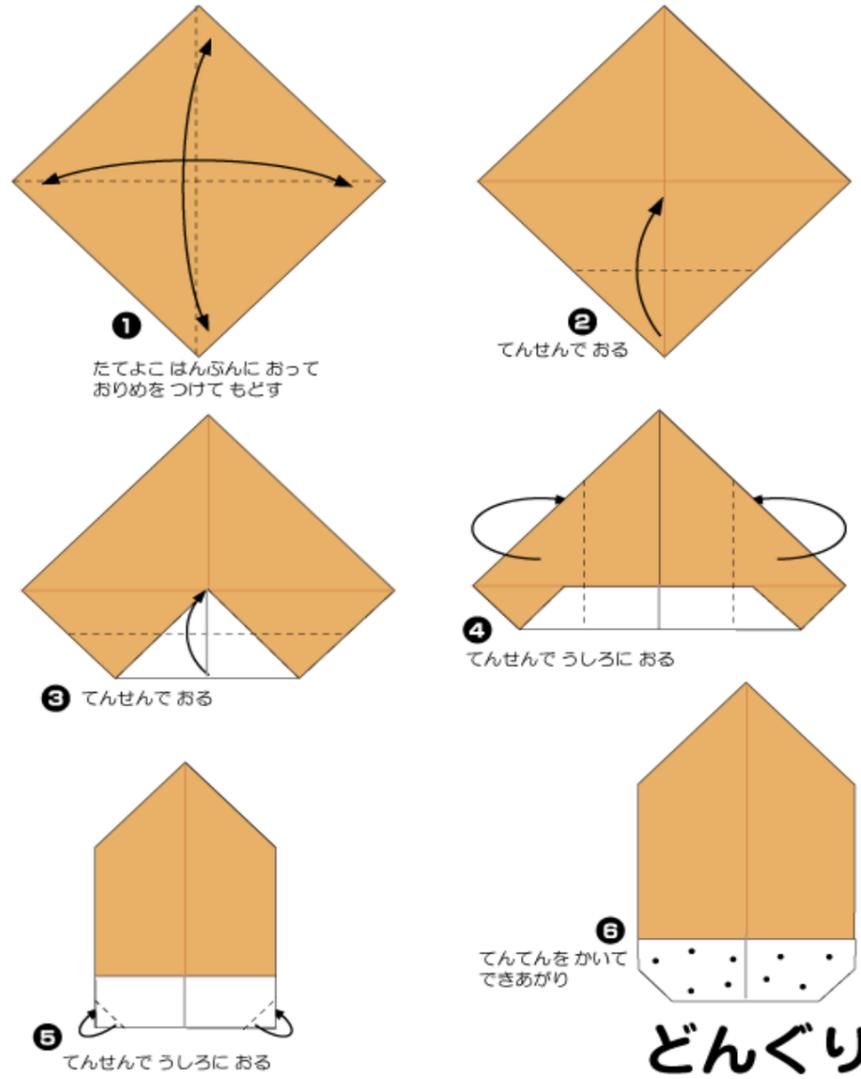
0～1歳児は気管支が細いうえに、上手にたんを出すことができないため、気管支にたんが絡まって炎症を起しやすくなります。これが「ぜんそく様気管支炎」です。呼吸するとゼロゼロと音がしたり、せき、発熱などの症状が出ます。熱があつて息苦しそうなおときや、せきがひどくて眠れないときは、夜中であってもすぐに受診してください。

室内の加湿と換気、こまめな水分補給を心がけて、せきを楽にしましょう。

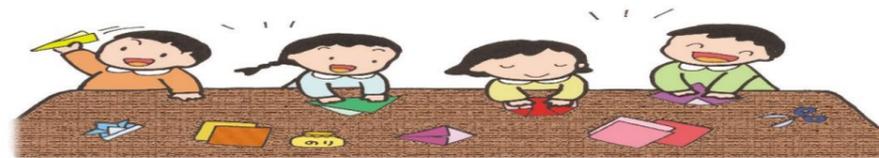


親子であそぼう!

☆ おりがみ ☆



作・図：新宮文明



9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	9/26(火)	H29年 5月生	午後0:15～0:30
1歳6カ月児健診	7(木)	H28年 2月生	午後0:30～0:40
2歳児健診	6(水)	H27年 2月生	午後0:30～0:40
3歳児健診	20(水)	H26年 2月生	午後0:15～0:30



かんたんクッキング



バターが甘みを引き立てる!

あんバターワッフル

● 材料 (6個分)

- お好みのあん(市販品)・・・60g
- バター・・・・・・・・・・・・30g
- A 卵・・・・・・・・・・・・1個
- 砂糖・・・・・・・・・・・・大さじ3
- はちみつ・・・・・・・・・・・・大さじ1
- 水・・・・・・・・・・・・大さじ2
- ホットケーキミックス・・・70g
- サラダ油・・・・・・・・・・・・30g



● 作り方

- ① ボウルにAを入れて泡立て器で混ぜ、ホットケーキミックスを加えてなめらかになるまで混ぜる。
- ② フライパンを熱してサラダ油を薄く塗り、濡れ布きんにのせて粗熱をとる。
- ③ ①の生地をスプーンで1/6量ずつ流し、だ円形にのばして弱火で焼く。表面にプツプツと穴があいてきたら裏返し、両面をこんがり焼いて取り出し、熱いうちに半分に折る。
- ④ あんは6等分して丸め、バターは6等分に薄く切り、③ではさむ。

9月休日救急当番医

実施日	病院・診療所名	住所	TEL
3(日)	レディス・みかみクリニック	前町49	52-8618
10(日)	工藤さとる整形外科クリニック	野添町64-3	59-0345
17(日)	佐々木内科小児科医院	山形町73	53-5125
18(月)	たかはし内科循環器科クリニック	ぐみの木1丁目67-1	59-2200
23(土)	ちとせクリニック	ちとせ1丁目139	53-7228
24(日)	かきさか医院	寿町16	53-2255

