



2019年 10月号

幼保連携型認定こども園

あけぼのこども園

支援だより



<10月>

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3 ま〜な	4 ま〜な ちくちく工房	5
6	7	8 ママクラブ	9 ま〜な	10 ま〜な	11 ま〜な ちくちく工房	12
13	14 体育の日	15	16 なかよし ランド	17 ま〜な	18 ま〜な ちくちく工房	19
20	21	22 即位礼正殿 の魏	23 防火教室	24 ま〜な	25 ま〜な ちくちく工房	26
27	28	29	30 おはなし会	31		

☆あけぼのこども園 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。

◎ 育児相談や一時預かり保育も行っています。



# 10月の予定

- <ママクラブ> 「軍手うさぎ作り」**  
**10月9日(水) 10:00～**  
 軍手で可愛いうさぎを作ることができます  
 ※申し込み 3日迄 参加費 1体 150円
- <なかよしランド> 「大型遊具遊び」**  
**10月16日(水) 10:00～**  
 園庭にある大型遊具で思う存分遊んで体を動かしましょう！  
 ※申し込み 前日迄 参加費 無料
- <防火教室> 「弘前消防署来園」**  
**10月23日(水) 10:00～**  
 消防士のおじさんが火事の怖さ、そして火事をおこさないためにはどんなことに気を付けたらいいのか教えてください。  
 ※申し込み 前日迄 参加費無料
- <おはなし会> 「紙芝居」**  
**10月30日(水) 10:00～**  
 みんなが楽しめる絵本の読み聞かせを行います。  
 ※申し込み 前日迄 参加費 無料
- <ちくちく工房 ~手芸サークル~>**  
**毎週金曜日 10:00～**  
 作りたい物を自由に作って楽しみませんか？



【あけぼのこども園】  
 黒石市あけぼの町95  
 TEL 53-1992  
 FAX 53-5525  
 HP <https://akebono-hoiku.jp/>



## 「ま〜なひろば」

「美郷こども園」「アリス保育園」「中郷こども園」「あけぼのこども園」4園合同で開催しています。  
 子育てをもっと楽しみたい方、親子で広々とした場所で遊びたい方、ママ友を作りたい方、育児に不安を抱えている方等、一度遊びにおいでください。

開催日：毎週木曜日・金曜日【9:00～12:30】  
 場所：スポカルイン黒石 2F 親子アリーナ【無料】

◎10月10日(木)、11日(金)は身体測定をします。  
 ◎10月10日(木)のミニ講座は「保育園について」です。  
 ◎10月17日(木)はハロウィン製作をします。また、12:30～14:00迄 育児相談も行っています。

## 子育てポイント!

### 「☆感染について☆」

秋から冬にかけ、感染症の流行シーズンがやってきます。子どもは勿論、保護者自身が万が一になった際の感染症の知識を紹介します。

- <インフルエンザ>**・感染力が強く急な高熱や頭痛、咳、喉の痛み、倦怠感。潜伏期間□1～4日
- <ノロウィルス・ロタウィルス>**・胃腸に症状が出る感染症。突然の下痢や嘔吐、軽い連鎖球菌が風邪の症状。ノロ潜伏期間□12～48時間・ロタ潜伏期間□2～5日
- <溶連菌感染症>**・高熱や喉の痛みがあり、舌がイチゴのようにポツポツと赤くなる。潜伏期間□2～5日
- <RSウィルス>**・発熱、鼻汁、咳等風邪の症状が数日続く。乳児が感染すると急速に肺炎などへ進み重症化しやすい。潜伏期間□2～8日

## おすすめ絵本

『どんぐり とんぽろりん』



作/武鹿 悦子 絵・柿本 幸造  
 (ひさかたチャイルド社)

地面に一粒の種が落ちました。お日様の光をいっぱい浴びて芽が出て、茎が伸び、葉が出て、とんととんとこ伸びていき、やがて……。生命力にあふれた夏を感じるこのできる一冊です。

# 秋冬のスキンケア 3か条

秋冬の乾燥した空気は、デリケートな子どもの肌には大敵。放っておくと、かゆかゆ、かさかさになってしまいます。「こまめに、丁寧に」日常的なケアをしてあげてください。

## ① たっぷり保湿

保湿剤は、お風呂上がりには必ず塗りましょう。肌に湿り気があるうちに使うと、角質層に水分を閉じ込められるので効果的。

## ② 清潔を保つ

顔に汚れなどが付いていたらきれいにふいて。お風呂ではごしごしこすらず、せっけんを泡立てて優しく洗います。

## ③ 刺激を少なくする

直接肌にふれる衣類は綿素材がお勧め。ポリエステルなどの合成繊維は静電気を起こしやすいため、皮膚を刺激してかゆみのもとに。



# 心配なうんちは 色や形でチェック!

子どものうんちを毎日観察しましょう! 健康状態を知ることができ、病気の発見につながることもあります。

理想はバナナうんち コロコロうんち ビチビチうんち



黄色から茶色ですると出ます



野菜や水分が足りないとみたい



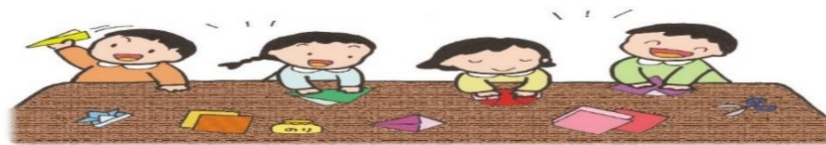
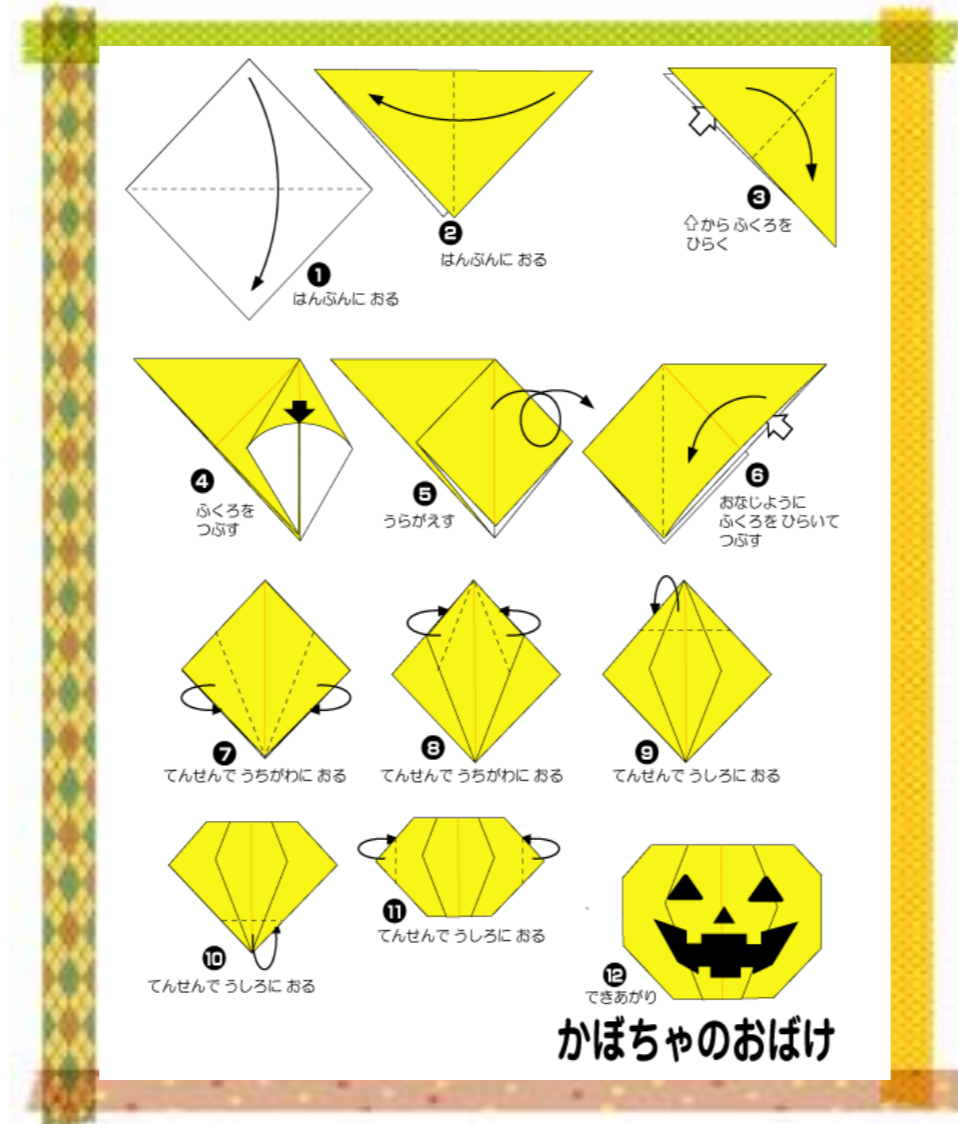
おなかの調子がよくないみたい

## 白、赤、黒いうんちは注意!

酸っぱいにおいの白い下痢便は感染症、赤や黒のうんちは腸や肝臓の病気にかかっていることが。すぐに受診を!

# つくってあそぼう!

## ☆ おりがみ ☆



## 10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	10/8 (火)	2019年6月生	午後0:15~0:30
1歳6カ月児健診	10/3 (木)	H30年3月生	午後0:30~0:40
2歳児健診	10/9 (水)	H29年3月生	午後0:30~0:40
3歳児健診	10/30(水)	H28年3月生	午後0:15~0:30

# かんたんクッキング

## 【超簡単! ミイラパイ♪】

ハロウィンに子どもが喜ぶメニューです♪



### ●材料 (6個分)

- 冷凍パイシート・・・1枚
- ウィンナー・・・6本
- 卵・・・1個
- 海苔・・・1枚



### ●作り方

- ① パイシートを1cmに切る。
- ② ウィナーに巻き付ける。目の箇所は開ける。
- ③ パイシートを丸く丸めて付け、目の形に切り抜いた海苔を付ける。
- ④ 溶いた卵を塗る。
- ⑤ 200℃のオーブンで15~20分焼く。
- ⑥ こんがり焼けたら、出来上がり!

### ※コツ・ポイント

パイシートで、包帯のように巻き付けます。足りない場合は足しながら、頭まで巻きます。目の箇所を開けておきます。焼き上げて目が外れていたら、マヨネーズで目を付けます。

## 10月休日救急当番医

実施日	病院・診療所名	TEL
6(日)	ちとせクリニック	53-7228
13(日)	かきさか医院	53-2255
14(日)	黒石あけぼの病院	52-2877
20(日)	盛耳鼻咽喉科	53-1187
22(火)	健生黒石診療所	53-3015
27(日)	山谷胃腸科内科	54-8370