



2020年 11月号

幼保連携型認定こども園

あけぼの こども園

<11月>

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 文化の日	4	5 ま～な お休み	6 ま～な お休み	7
8	9	10	11	12 ま～な お休み	13 ま～な お休み	14
15	16	17	18	19 ま～な お休み	20 ま～な お休み	21
22	23 勤労感謝の日	24	25	26 ま～な お休み	27 ま～な お休み	28
29	30					

☆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。



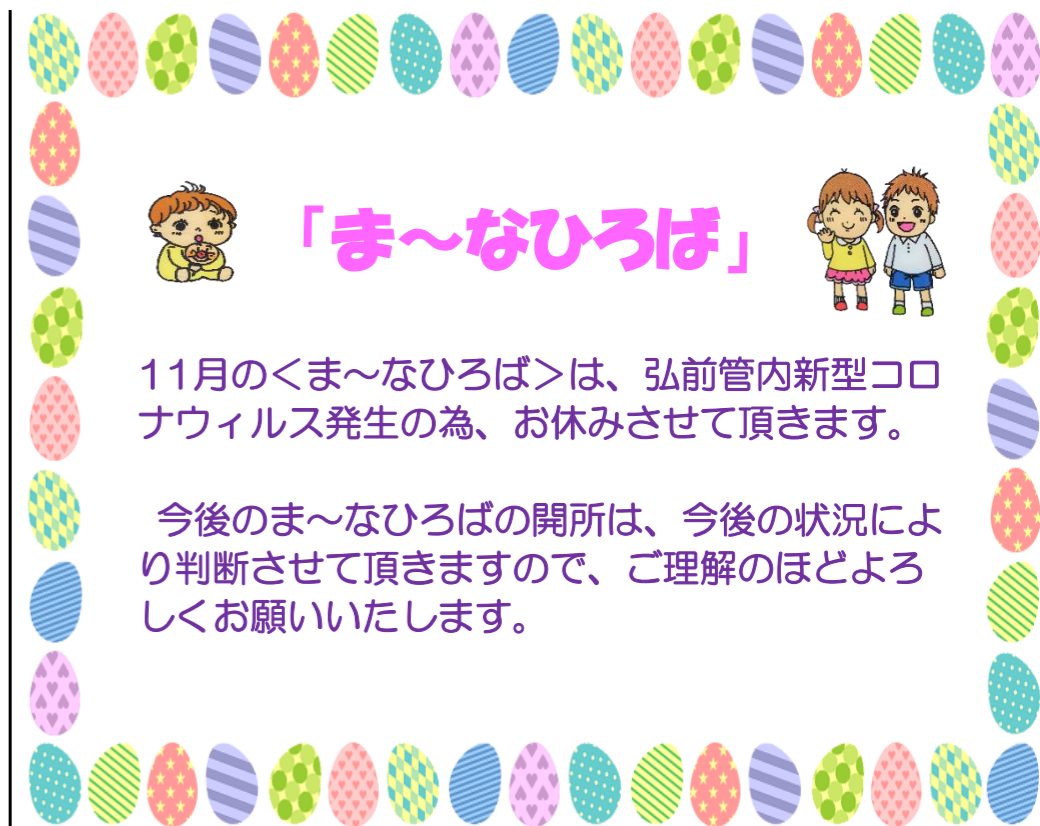
11月の予定

11月の支援センターの行事は、弘前管内新型コロナウイルス発生の為、安全確保の観点からお休みさせていただきます。

大変申し訳ございません。



【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」

11月のくま～なひろばは、弘前管内新型コロナウイルス発生の為、お休みさせていただきます。

今後のま～なひろばの開所は、今後の状況により判断させていただきますので、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

子育て相談室！おしえて！

「☆こどもが嘘をつくのですが・・・」

お子さんが嘘をついていることがわかると、お母さんとしては、厳しく躾なければという思いが働きますね。子どもが嘘をつくときは、何かのサインかもしれません。どうして嘘をついてしまうのかに目を向けて、お子さんを理解することが解決の近道です。また、厳しいしつけが悪いわけではありませんが、あまりに厳しすぎると正直に「ごめんなさい」と言えなくなり、嘘に嘘を重ねてしまうこともあります。時には、自分を守るために嘘をつくこともあるでしょう。しかし、人を困らせたり、迷惑をかけてしまう嘘は、いけないということを繰り返し教えていくことが大切です。



おすすめ絵本

『りんごかもしれない』

作・絵 / ヨシタ シンスケ (プロンズ社)



机に置いてあるたった1つのりんごを見て、次々に自由な発想を広げていく絵本の主人公の男の子。りんごだけでこんなにも楽しい想像ができるんだ！と、無限の可能性を教えてくださいます。

インフルエンザ 予防接種 Q&A

かぜよりも症状が重く、感染力も強いインフルエンザ。0、1、2歳児がかかると、肺炎やインフルエンザ脳症を引き起こすことも。予防接種を受けておくと、万が一かかっても軽い症状で済むので安心です。

Q 去年インフルエンザの予防接種を受けたので、今年は受けなくてよい?

A 原因になるウイルスには、主にA型、B型、C型の3つがあり、年によって流行する型が違います。A型B型がよく流行しますが、毎年予防接種を受けることで、効果が期待できます。

Q 受けるとインフルエンザにかからないの?

A 必ず発病を防げるというものではありませんが、かかっても重症化したり、合併症を起こしたりするリスクを減らすことができます。

Q 予防接種の効果が続く期間は?

A 接種後、効果が現れるまでに約2週間かかり、その後半年くらいは持続します。

Q 接種の方法は?

A 生後6か月から受けられます。大人は1回接種、13歳以下の子どもは2回接種が必要。1回目の接種の後、2～4週間あけて2回目を接種します。ただし卵アレルギーがある子は、医師と相談しましょう。

Q いつごろ受けたほうがよいの?

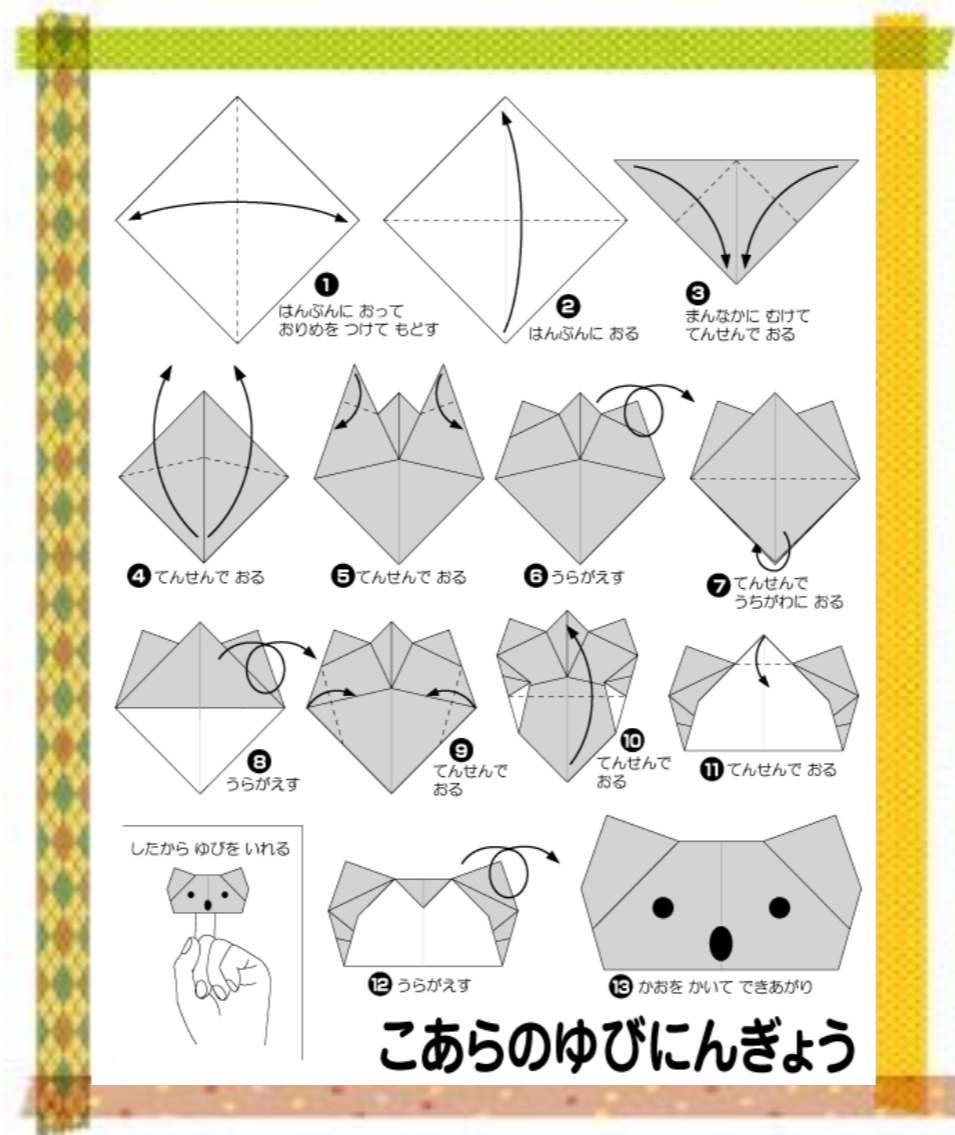
A 最も患者数が増えるのは1月～2月ですが、流行は12月ごろから始まります。それまでに免疫をつけておきたいので、1回目は10月後半ごろ、2回目は2～4週間後に接種しましょう。



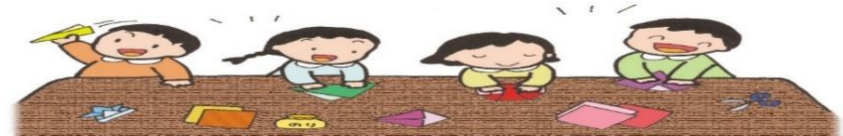
※体調を確認しながら、予防接種を受けましょう!

つくってあそぼう!

☆ おりがみ ☆



こあらのゆびにんぎょう



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	11/4(水)	R2年7月生	午後0:15～0:30
1歳6カ月児健診	11/5(木)	H31年4月生	午後0:30～0:40
3歳児健診	11/18(水)	H29年4月生	午後0:30～0:40

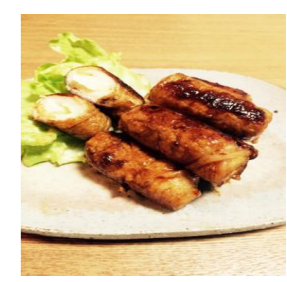
※2歳児健診は当面の間、中止となりました。

かんたんクッキング

【冷凍可! ちくわチーズの豚肉巻き】

●材料

- ・ちくわ 5本
- ・スティックチーズ 5本
- ・薄切り豚肉 10枚
- ・焼肉のタレ 大さじ1～2



●作り方

- ① ちくわ・チーズを半分に切り、中に差し込みます。
- ② 豚肉を広げ巻いていきます。豚肉は薄い方が巻きやすく、豚バラなら、半分に切り、半量で巻けます! 少し斜めに巻き始めると◎
- ③ テフロンフライパンにを熱し、油なしで全面を焼きます。弱火強くらいで!
- ④ 全面に焼き色がついたら焼肉のタレを加え、弱火で絡めたら完成!



※美味しくなるコツ

まとめて作って冷凍すれば、弁当も楽チン♡ 辛味プラスでおつまみにも!

11月休日救急当番医

実施日	病院・診療所名	TEL
1(日)	レディス・みかみクリニック	52-8618
3(火)	ちとせクリニック	53-7228
8(日)	佐々木内科・小児科医院	53-5125
15(日)	健生黒石診療所	53-3015
22(日)	たかはし内科循環器科クリニック	59-2200
23(月)	かきさか医院	53-2255
29(日)	黒石あけぼの病院	52-2877