

# げんきっこだより

## 1月号

令和8年1月5日発行  
四万十町窪川地域子育て支援センター  
四万十町北琴平町10-7  
☎・fax 22-2525



新年あけまして  
おめでとうございます

新年が明けました。みなさんはどんな年末年始でしたか?  
平和でいいこといっぱいの実りある1年となりますように！！  
今年も、たくさんの方に楽しんでいただける支援センターとなるように、  
職員一同頑張りますので、ぜひ遊びに来てくださいね。お待ちしています😊



本年もどうぞ  
よろしくお願ひいたします

## 1月の予定: げんきっこひろば(窪川地域子育て支援センター)

月	火	水	木	金
29 <u>センター休み</u>	30	31	1	2 <u>センター休み</u>
5 センター始まり	6	7 赤ちゃん相談 (10:00~12:00)	8	9 げんきっこひろば みんなであそぼう
12 成人の日	13	14 4・7か月健診 (PM)	15	16 げんきっこひろば 澤田医師来所 「ベビーマッサージ」
19	20 げんきっこひろば 避難訓練体験	21	22	23 げんきっこひろば 誕生会
26	27 げんきっこひろば みんなであそぼう	28	29	30

※赤ちゃん相談（午前）・4カ月・7カ月児健診（午後）は、ホール・一時預かり保育室を使用しますので室内の使用はご了承ください。（園庭は利用できます。）

### 『げんきっこひろば』とは・・・？

窪川地域子育て支援センターで開催している集いの名称です。親子で遊びながら交流したり、地域の保育所を訪問する“おでかけひろば”や誕生会などの行事を楽しんだりしています。

手作りおやつを食べ、約半日を過ごします。おやつ時には離乳食の試食もできます。お母さんも試食してご家庭での参考にしてみてください。

☆毎月6~7回、火曜日・金曜日に開催しています。

☆時間：9:30~11:30です。

※おやつ等の都合がありますので、10:30までにお越しください。

“げんきっこひろば”は、おやつの提供をしているので人数把握するために予約制とさせて頂いております。（人数制限はありません。）

※ 申し込み方法：センターにある申込用紙に記入、またはお電話にてお申し込みください。  
☎ 0880-22-2525

\* キャンセルの連絡は必要ありませんので、お気軽にご利用ください。



## げんきっこひろばのおやつ&予定 (9:30~11:30)

日	予定&おやつ	離乳食		
		5・6ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9ヶ月頃~
9	みんなであそぼう ラスク・果物	野菜粥 湯むきトマト	鮭雑炊 湯むきトマト	鮭雑炊 湯むきトマト
16	ベビーマッサージ 利休まんじゅう・果物	かぶペースト りんごペースト	魚とかぶの煮物 りんごのコンポート	魚とかぶの煮物 りんごのコンポート
20	避難訓練体験 カレーピラフ・果物	大根と人参のペースト さつまいもペースト	鶏大根 さつま芋の煮物	鶏大根 さつまいもの煮物
23	お誕生会 ヨーグルトムース ~フルーツ添え~	豆腐ペースト ほうれん草ペースト	肉豆腐 ほうれん草の煮びたし	肉豆腐 ほうれん草の煮びたし
27	みんなであそぼう きな粉の和風ケーキ・果物	じゃが芋ペースト ブロッコリーペースト	肉じゃが ブロッコリーの柔らか煮	肉じゃが ブロッコリーの柔らか煮

★おやつ代として一世帯 100円いただきます。

★アレルギーのある方は出来る範囲で除去食の対応をしますので、ご相談ください。

土日祝日以外、センターは開所しています。  
お子さまと一緒に、おじいちゃんおばあちゃんなど、  
どなたでもご利用いただけます。妊婦さんも大歓迎！  
です。お気軽にご利用ください。

ご利用可能時間：午前9:00～12:00  
午後1:00～ 4:30



## 大正・十和地域子育て支援センターのご案内

### びよびよひろば(火曜日)

場所：認定こども園たの内  
☎ 27-0363  
住所：四万十町大正388

13日 赤ちゃん相談  
おやつ：わかめうどん・果物

27日 お正月遊びを楽しもう  
おやつ：カステラ・果物

### にこにこひろば(木曜日)

場所：昭和保育所内  
☎ 28-4233  
住所：四万十町昭和416-4

15日 澤田医師来所  
おやつ：アップルパイ・果物

22日 みんなであそぼう  
おやつ：菜飯・果物



29日 みんなであそぼう  
おやつ：もちもちパン・果物  
離乳食：白粥・野菜の煮物・果物

クリスマスツリーをみんなで飾ったよ！  
R1・12・5(金)



偶然！！  
トリック  
写真です☆



完成！！ピカピカして  
きれいだね～♥



お楽しみのおやつタイム♪  
今日はひじきとツナの炊き込みごはん！  
離乳食も食べたよ♪





CIRさんと遊んだよ 😊



おやつはクッキー 🎅



「みにくいあひるの子」のお話を英語と日本語で読んでくれました😊



フラワーアカデミー、中越幸香先生にお正月飾りを教えていただきました。



## ベビーマッサージのお知らせ

澤田 由紀子医師によるベビーマッサージを開催します。  
ぜひ、ご参加ください。

✿日 時 : 1月 16 日 (金) 10:10~10:50  
✿講 師 : 澤田 由紀子医師

※ バスタオルをご持参ください。



避難訓練を体験して  
みませんか？

四万十清流消防署の方に来ていただき、支援センターで  
火災が起きたことを想定して、避難訓練を行います。  
実際に消火器を使っての消火訓練も体験させてもらいます。  
いざと言う時のために、経験してみてはいかがでしょう。

- ◆ 日時 : 1月 20 日 (火) 10:15 ~ 11:00
- ◆ 内容 : • 火災が起きたことを想定した避難訓練  
• 消火器を使って、消火訓練など

