

げんきっこだより

2月号



令和7年1月27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

暦の上では“立春”ですが、2月は1年で一番寒い季節です。春が待ち遠しいですが、
まだまだ寒い日が続きそうですね。体調に気をつけてお過ごしください。
センターは、2月、3月と楽しいイベントがめじろ押し！
ぜひ、遊びに来てくださいね。お待ちしています😊



2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
2	3 げんきっこひろば 豆まき CIRさんと遊ぼう	4 赤ちゃん相談 (10:00~12:00)	5	6 げんきっこひろば みんなであそぼう
9	10 げんきっこひろば みんなであそぼう	11 建国記念の日	12	13 げんきっこひろば 誕生会
16	17 げんきっこひろば お雛様を作ろう①	18 リフレッシュ・ヨガ (神林香苗さん)AM	19	20 げんきっこひろば お雛様を作ろう②
23	天皇誕生日	24	25 1歳半検診	26
				27

※赤ちゃん相談・4ヶ月・7ヶ月児健診(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遠慮ください。(園庭は利用できます。)

“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を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。

☎ 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～
3	豆まき・CIRさんと遊ぼう	豆腐ペースト	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ
	いちごのババロア・マカロニきな粉	かぼちゃペースト	かぼちゃ煮	かぼちゃ煮
6	みんなであそぼう	大根ペースト	魚と大根の煮物	魚と大根の煮物
	ごまトースト・果物	りんごペースト	りんごの柔らか煮	りんごの柔らか煮
10	みんなであそぼう	野菜ペースト	豆乳シチュー	豆乳シチュー
	シーチキンごはん・果物	きゅうりペースト	きゅうりの柔らか煮	きゅうりの柔らか煮
13	お誕生会	そうめんペースト	にゅう麺	にゅう麺
	ココアケーキ	湯むきトマト	湯むきトマト	湯むきトマト
17	お雛様を作ろう	かぼちゃペースト	かぼちゃのそぼろ煮	かぼちゃのそぼろ煮
	蒸しパン(かぼちゃ)・果物	バナナ	バナナヨーグルト	バナナヨーグルト
20	お雛様を作ろう	青菜粥	青菜粥	青菜粥
	さつま芋プリン・果物	人参ペースト	鶏肉と野菜の煮物	肉団子のだし煮

★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。



『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。



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



ひよひよひろば(火曜日)	にこにこひろば(木曜日)
場所：認定こども園たのの内 ☎27-0363 住所：四万十町大正388	場所：昭和保育所内 ☎28-4233 住所：四万十町昭和416-4
10日 みんなであそぼう おやつ：ひじきごはん・果物	19日 赤ちゃん相談 おやつ：フレンチトースト・果物
17日 澤田医師来所 おやつ：野菜ラーメンスープ・果物 離乳食：白粥・野菜のくたくた煮・果物	26日 みんなであそぼう おやつ：ビビンバ・果物
24日 お誕生会✿ おやつ：ホットケーキ・果物	



1月生まれのお友だち

1歳になりました！



今月のお楽しみは
大型絵本 😊



おやつは
ヨーグルトムースのフルーツ添え
離乳食も成長に合わせて提供します！



☆リフレッシュ・ヨガ☆

日時 : 2月18日(水) 10:30~11:30
講師 : インストラクター 神林 香苗 氏
内容 : 呼吸法に合わせて、ゆったりとしたヨガの動きの体験
定員 : 10名

(お子様は、同じ室内ではありますが、センター職員がお預かりします。)

「いつもお疲れ様です！
たまには、家事・育児・お仕事を忘れてリフレッシュしましょう!!」

◇水分補給のお茶などをご持参ください。(お子様とご自分の分を持ってきてね)
◇動きやすい服装でお越しください。
(ヨガマットはセンターで用意します。)

※予約制ですので、センターへの申し込みが必要です。
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。
◎受付期間 1月27日(火)~2月17日(火)

げんきっこひろばのお知らせ

おひなさまを作ろう！

日時 : 2月17日(火)・20日(金)のげんきっこひろば
10:00~始めます。
内容 : 指スタンプびなのつるし飾り制作

お子様の可愛い指スタンプで世界に一つの作品を作りませんか？
センターの職員がサポートしますので制作が苦手でも大丈夫です！
お気軽にいらしてくださいね。

参加希望の方はご予約お願いします。



澤田医師による“子育てミニ講演”
今回は、ベビーマッサージ



かわいい作品展

