

げんきっこだより

3月号



令和8年2月24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

朝夕の寒さは続いていますが、春の花が咲き始め少しずつ春の訪れを感じられるようになってきましたね。

今年度も残すところあとわずかになりました。この一年、たくさんの方に利用していただき、あっ！という間に成長する子どもさんたちとも触れ合うことができ、私たち職員にとっても、楽しい一年となりました。ありがとうございました。

3月もいろいろと楽しい行事を予定していますので、ぜひ、遊びに来てくださいね😊

3月の予定:げんきっこだより(窪川地域子育て支援センター)

月	火	水	木	金
2	3 げんきっこだより みんなであそぼう	4 赤ちゃん相談 (10:00~12:00)	5	6 げんきっこだより 【誕生会】
9	10 げんきっこだより 澤田医師来所	11 4・7か月健診(PM)	12	13 げんきっこだより 【おわかれ会】
16	17 げんきっこだより みんなであそぼう	18	19 Peace Sports (AM)	20 春分の日
23	24 げんきっこだより みんなであそぼう	25	26	27
30	31	4/1	2	3

※赤ちゃん相談・4ヵ月・7ヵ月児健診(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。)

“げんきっこだより”は、おやつを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いただいております。(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。



げんきっこだよりのおやつ&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	みんなであそぼう いちご大福・果物	かぼちゃ粥 ブロッコリーペースト	ささみとかぼちゃのお粥 ブロッコリーの柔らか煮	ささみとかぼちゃのお粥 ブロッコリーの柔らか煮
6	お誕生会 バナナマフィン・果物	大根ペースト きゅうりペースト	鶏肉と大根の煮物 きゅうりの柔らか煮	鶏肉と大根の煮物 きゅうりの柔らか煮
10	澤田医師来所 黒ゴマクッキー・果物	うどんペースト 人参ペースト	煮込みうどん 人参の柔らか煮	煮込みうどん 人参スティック
13	おわかれ会 おわかれプレート ~お楽しみに~	かぼちゃペースト バナナペースト	かぼちゃ煮 バナナ	かぼちゃ煮 バナナ
17	みんなであそぼう ぼたもち・果物	豆腐ペースト りんごペースト	肉豆腐 りんごの柔らか煮	肉豆腐 りんごの柔らか煮
24	みんなであそぼう パンネミート・果物	トマト粥 さつまいもペースト	トマトと魚のお粥 さつまいも煮	トマトと魚のお粥 さつまいも煮

★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)	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 赤ちゃん相談 おやつ：マドレーヌ・果物	5日 みんなであそぼう おやつ：いちご大福・ひなあられ
24日 ミニお楽しみ会 おやつ：おにぎり・肉団子春雨スープ ヨーグルトムース・果物	12日 みんなであそぼう おやつ：ドーナツ・果物 離乳食：白粥・野菜の煮物・果物
	26日 お別れ会(予約制) おやつ：バイキング

リフレッシュ・ヨガ
(神林香苗さんに教えていただきました。)



お母さんたち
リフレッシュ中



こども達もお友達と
遊んで楽しかったよ
~😊



CIRさんと交流したよ



🎉 節分だったので可愛い鬼に変身！
ヘヒョン先生と一緒にパチリ📷



可愛い鬼さん達😊

子どもが1歳のお誕生日
を迎えた時、韓国ではど
んなことをするのか教え
ていただきました。



子育てミニ講座のお知らせ

胎児・新生児人形を抱っこして、大きさや重さを実感してみませんか。
我が子の成長ぶりに驚くかもしれませんね。
その他、相談など気軽に話を聞いてくださいますので是非おいでください。

日時：3月10日(火) 10:30~11:00
講師：澤田 由紀子医師



韓国では、誕生日にわかめスープを食べるそうです。その意味は産んでくれたお母さんに感謝し、栄養のあるわかめを食べることで産後の体力回復を願っているそうです。でも、わかめは滑りやすいので、試験などの時には「すべる」を連想させるため避ける文化もあるそうです。

おわかれ会

3月13日(金) 10:15~11:00

4月から保育所へ入所される子どもさん、転勤などで四万十町を離れる方など、一緒に遊んだ皆さんとおわかれ会をします。初めての方もぜひご参加ください。

*参加費：おやつ代として、一世帯200円

*要予約：センターの申込用紙に記入、またはお電話にて3月10日までに申し込みください。

キャンセルされる場合は、必ずご連絡ください。

親子であそびましょう!

子どもさんと一緒に、軽く運動遊びを楽しみませんか? 年齢・月齢問わず楽しめます。ぜひ参加してみてください。

日時：3月19日(木) 10:30~11:30

内容：親子で運動遊び

講師：“Peace Sports”代表 笹岡 真氏

定員：12組

※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 3月3日(火)~17日(火)

「ゆずりあい市」開催のお知らせ

小さくなった服や、使わなくなったおもちゃなど、まだ使えるけれど捨てるのはもったいない、と思って押し入れなどに眠っているものがありましたら、持ち寄ってゆずりあいませんか?

日時：3月10日(火)~3月19日(木)

場所：窪川地域子育て支援センター
乳幼児の服・おもちゃ・贈答品など、お持ち寄りください。

- 無料
- 10日までにセンターにお持ち寄りください。
- 必要な方が自由にお持ち帰りください。
- 品物がなくなり次第終了となります。
- 残った物は持参した方が23日以降持ち帰ってください。



指スタンプでお雛様を制作しました！



ひとりでポンポン！
楽しいな😊



可愛い作品ができたよ ♪

ママと一緒に初めての
指スタンプをしたよ



今年度もたくさんの方にご利用いただき、
ありがとうございました!!

窪川地域子育て支援センター 職員一同

