



げんきっこだより

5月号

令和8年4月28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

吹き抜ける風が心地よい季節となりました。お天気の良い日は、どこかへお出かけ
 したくなりますよね。そんな時はぜひ、支援センターにも足を運んでくださいね。
 お待ちしています😊

5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
4/27	28	29 昭和の日	30	1
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7	8
11	12 げんきっこひろば 誕生会	13 赤ちゃん相談(AM) 4・7か月健診(PM)	14	15 げんきっこひろば みんなであそぼう
18	19 げんきっこひろば みんなであそぼう (収穫祭)	20	21 げんきっこひろば ピクニック in 緑林公園	22
25	26 げんきっこひろば 澤田医師 子育てミニ講演 40010のたから収録	27	28 フラワー アレンジメント講座	29

※赤ちゃん相談(午前)・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了承ください。(園庭は利用できます。)

★5月13日(水)は赤ちゃん相談(AM)と4・7か月検診(PM)があります。



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~
12	お誕生会🎂	そうめんパースト	にゅう麺	にゅう麺
	レアチーズケーキ	さつま芋パースト	さつま芋煮	さつま芋煮
15	みんなであそぼう	野菜粥	鮭と野菜のお粥	鮭と野菜のお粥
	ラスク・果物	きゅうりパースト	きゅうりの柔らか煮	きゅうりの柔らか煮
19	収穫祭🌾	玉ねぎパースト	肉じゃが	肉じゃが
	カレーライス・果物	湯むきトマト	湯むきトマト	湯むきトマト
21	ピクニック in 緑林公園	果物(バナナを予定しています。)		
	マーブルパウンドケーキ・りんごジュース	※細かい形状の対応は出来ません。ご了承ください。		
26	澤田医師来所・40010のたから収録	パンプキンパン粥	パンプキンパン粥	かぼちゃサンド
	たこ焼きボール・果物	りんごパースト	りんごの柔らか煮	りんごの柔らか煮

★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。



大正・十和地域子育て支援センターのご案内

ぴよぴよひろば(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
12日 澤田医師来所 おやつ: 柏餅・果物	14日 みんなであそぼう おやつ: 三食丼・果物 離乳食: 10倍粥・とろみ豆腐・ かぼちゃのトロトロ
19日 赤ちゃん相談 おやつ: ミルクくず餅風・果物	21日 ピクニック in 緑林公園 おやつ: マーブルパウンドケーキ・ りんごジュース 離乳食: バナナ
26日 みんなであそぼう おやつ: ピザトースト・果物	



ピクニックに行こう！

さわやかな季節となりましたね。

子どもさんと一緒にピクニックに参加しませんか？

ぴよぴよひろば・にこにこひろばのお友達との合同ピクニックです

☀ 日時 : 5月21日(木)
10:00頃~11:30
(11:00頃からおやつを食べ始めます。)

☀ 場所 : 四万十緑林公園
一緒に遊んだり、おやつを食べたりして
楽しく過ごしましょう！

●10:00頃、おいでください。
(現地集合・現地解散です。)

●天候により、場所が支援センターに変更になります。
変更時はすぐメールにてお知らせします。

子育てミニ講演



日時 5月26日(火) 10:30~11:00

内容 【予防接種とこどものかかりやすい感染症について】

講師 澤田 由紀子医師

2024年4月からの予防接種の変更点もあるようですので、
お話を聞いてみませんか？

講話内容以外にも、日頃悩んでいることなどのご相談も
聞いていただけます。ぜひ、ご参加ください♪



** 澤田由紀子医師の自己紹介 **

平成7年 自治医科大学卒業。

平成16年度 カナダ・トロントで子育て支援・共感教育について研修。

日本小児科医会『子どもの心相談医』登録。

乳幼児精神保健学会(FOUR WINDS) 幹事

得意分野は小児科・小児精神科で、特に心の問題を専門としていますが、
子どもさんのことだけでなく、育児に関わっている方の身体のこと、心の
ことなど何でも相談にのります。楽しく育児に関わることが出来るように
お手伝いが出来ると嬉しいです。

【40010のだから】

収録のお知らせ

5月26日(火)
しまんとケーブルテレビさんの
『40010のだから』収録があります。
げんきっぴろばの様子を撮影していただき、
後日、【40010のだから】で放送されます。
ぜひ、お子さんの姿を撮影してもらいませんか。

お待ちしております☺



フラワーアレンジメント講座

お子様は職員が託児いたします。
妊婦さんもしフレッシュしませんか？
たくさんのご参加お待ちしております！

フラワーアレンジメントを楽しみませんか？

【この講座は材料・託児の関係上、申し込みが必要となります。】

- ♥ 日時 5月28日(木)
14:00~16:00(今回は午後です)
- ♥ 場所 窪川子育て支援センター
- ♥ 講師 マナコフラワーアカデミー師範：中越 幸香氏
- ♥ 材料費 800円(変更することあり)
- ♥ 内容 フラワーアレンジメント
(造花で作るアートフラワーアレンジメントです)
- ♥ 募集人員 8名

申し込み方法：支援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

5月12日(火) 申し込み受付開始
5月22日(金) 締め切り



妊婦さんのためのファーストスプーンづくり講座

★対象：【四万十町在住の妊婦さんとそのご家族】
当日の託児はありません。お子様をお連れの方は
お子様を見ていただける方と一緒にお願いします。

- ★ 日時 6月13日(土)
9:30~11:30
- ★ 場所 窪川地域子育て支援センター
- ★ 講師 公益社団法人高知県森と緑の会
木育インストラクター HIRAKO Lab 平子真治氏
- ★ 材料費 無料
- ★ 内容 ファーストスプーンづくり
- ★ 募集人員 10組

申し込み方法：支援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

5月7日(木) 申し込み受付開始
6月10日(水) 締め切り

パパだけの参加
も大歓迎😊

秋頃、毎年行っている
ファーストスプーン
講座を行う予定です。



【げんきっこひろば おやつ・離乳食】

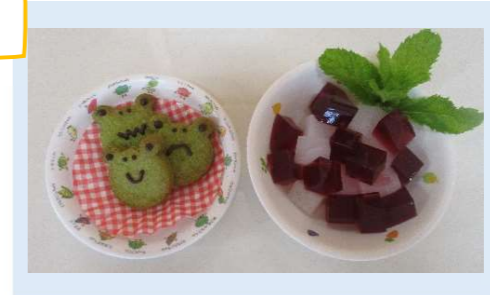


げんきっこひろばでは、季節や行事に合わせたおやつ&離乳食をご用意しています。
おやつ時間は11時からです。みんなでしゃべりを楽しみながら、おやつ&離乳食の時間を
過ごしています。これからも、たくさんのご参加をお待ちしています😊

※おやつ代として、1世帯100円いただいています。



おやつ&離乳食の献立は、毎月のおたより
をご確認ください(^^)/



離乳食



離乳食は、5~6か月頃、7~8か月頃、9か月頃~
の形状をご用意しています。

『こんな時、どうすればいいのかなあ、、、?』と困ったときは、
支援センターで情報共有しませんか？

色々な月齢の子どもさんと触れ合う中で、子育てのヒントが得られる
かもしれません☆



みなさんのお越しを
お待ちしております🌸



4月生まれのお友だち

1歳になりました!



お楽しみは、はらべこあおむしのペーパーサート

おめでとう!!



おやつはショートケーキ

1歳になりました!



離乳食もあります

ママ、だ〜いすき!!
ママへのプレゼントを作ったよ〜♡
いつもありがとう!!



みんな、遊びに来てね〜♡

