



令和8年7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

厳しい暑さが続いています、皆さまお変わりありませんか？
センターではプール遊びが始まりました。個人用の発泡スチロールのプールも用意して
いますので、小さなお子様も水遊びを楽しんで頂けます😊



8月の予定:げんきっひろば(窪川地域子育て支援センター)

月	火	水	木	金
8/3	4 げんきっひろば かき氷アート/プール	5 赤ちゃん相談 (10:00~12:00)	6	7 おでかけひろば (東又保育所)
10	11 山の日	12	13	14 プール休み
17	18 げんきっひろば かき氷アート/プール	19 4・7 か月健診	20	21 げんきっひろば 誕生会 CIR さん来所
24	25 げんきっひろば プールじまい	26	27	28
31	9/1	2	3	4

※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了承ください。(園庭は利用できます。)

“げんきっひろば”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。



8月のげんきっひろばのおやつ&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～
4	プール遊び🌞 ピザトースト・果物	なすペースト 湯むきトマト	なすのそぼろ煮 湯むきトマト	なすのそぼろ煮 湯むきトマト
7	おでかけひろば☆東又保育所 ※おやつはありません。			
18	プール遊び🌞 豚肉と青菜の混ぜごはん・果物	豆腐ペースト 青菜ペースト	豆腐としらすの煮物 青菜の煮びたし	豆腐としらすの煮物 青菜の煮びたし
21	お誕生会🌟 CIR さんと遊ぼう マドレーヌ・果物🍰	そうめんペースト 野菜ペースト	夏野菜そうめん きな粉ヨーグルト	夏野菜そうめん きな粉ヨーグルト
25	プールじまい💦 ホワイトボンチ・クッキー🍪	野菜粥 人参ペースト	鶏肉と野菜のおじや 人参の柔らかか煮	鶏肉と野菜のおじや スティック人参

★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。

ひろば以外の日も、ご自由にご利用いただけます。
お気軽にお越しください。

😊支援センター開所日・・・月曜日～金曜日： 9：00～12：00
13：00～16：30

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
4日 みんなであそぼう(水あそびができます) おやつ：サマースパゲティ・果物 離乳食：白粥・かぼちゃの煮物・鶏肉の柔らかか煮	6日 赤ちゃん相談 おやつ：かぼちゃドーナツ・果物
25日 みんなであそぼう(水あそびができます) おやつ：わらび餅・果物	13日 みんなであそぼう おやつ：ピラフ・果物
	27日 なつまつり☆ おやつ：焼きそば・フランクフルト・ フライドポテト・ゼリー・果物



たなばた会
7・7(火)

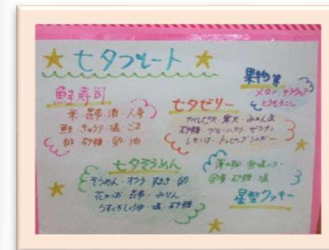
七夕飾りを
制作中



願い事が
かないます
ように



おやつは七夕プレート
手作りのランチョンマット付き



離乳食はかぼちゃとバナナ



初めて参加の親
子さんも何組か
来てくださいま
した！にぎやかだ
ったね



かぼちゃ、
甘くておいし
いな～



につこり



沢山のご参加ありがとうございました

沢山の
赤ちゃんが
集合





プール遊びについて

＊8月はお天気の良い火曜日・金曜日の週2日プール開放をします。

（8月14日（金）はプールお休みです。）

時 間：10：10 ～11：00 の間で都合のよい時間をご利用ください。

（午後は掃除の為、プールの使用はできません。）

＊個人用の小さな発泡スチロールの箱での水遊びはプール開放日以外でもいつでもご利用できます。



＊プール遊び中は、こどもさんから目を離さないようにしてください。

＊行事のある日のプール開放はありません。また、天候を含め都合によりプール開放できない日もありますので、お電話にてご確認ください。

＊こどもさんの体調の変化にご注意ください。当日だけでなく前日に発熱や咳・鼻などの風邪の症状の他、嘔吐・下痢があった場合は利用をひかえてください。

＊その他、利用の際は先に受付けをすませ、センターにあるプール使用規定を必ず守ってご利用下さい。



子育て支援センターのホームページ・しまんと子育て応援サイトのご案内

ホームページでは子育て支援センターで行っているひろばや講座等の事業内容や一時預かり保育事業についての情報がご覧になれます。各子育て支援センターのお便りもご覧になれます。子育て応援サイト「しまんとこそだて」では、センターのイベント情報や一時預かり状況などが詳しく載っています。こちらのQRコードからぜひアクセスしてみてください😊



子育て支援センターホームページ



QRコードをスキャンするとLINEの友だちに追加されます

QRコードをスキャンするには、LINEアプリのコードリーダーをご利用ください。

四万十町公式LINE（しまんと子育て応援サイト）

＊ ＊ ＊ 離乳食紹介 ＊ ＊ ＊



夏が旬のトマトを使った離乳食です。

湯むきして種を除いたトマトと、塩抜きしたしらすを使用しています。

トマトとしらすのかかゆ



①ごっくん期

②もぐもぐ期

③かみかみ期

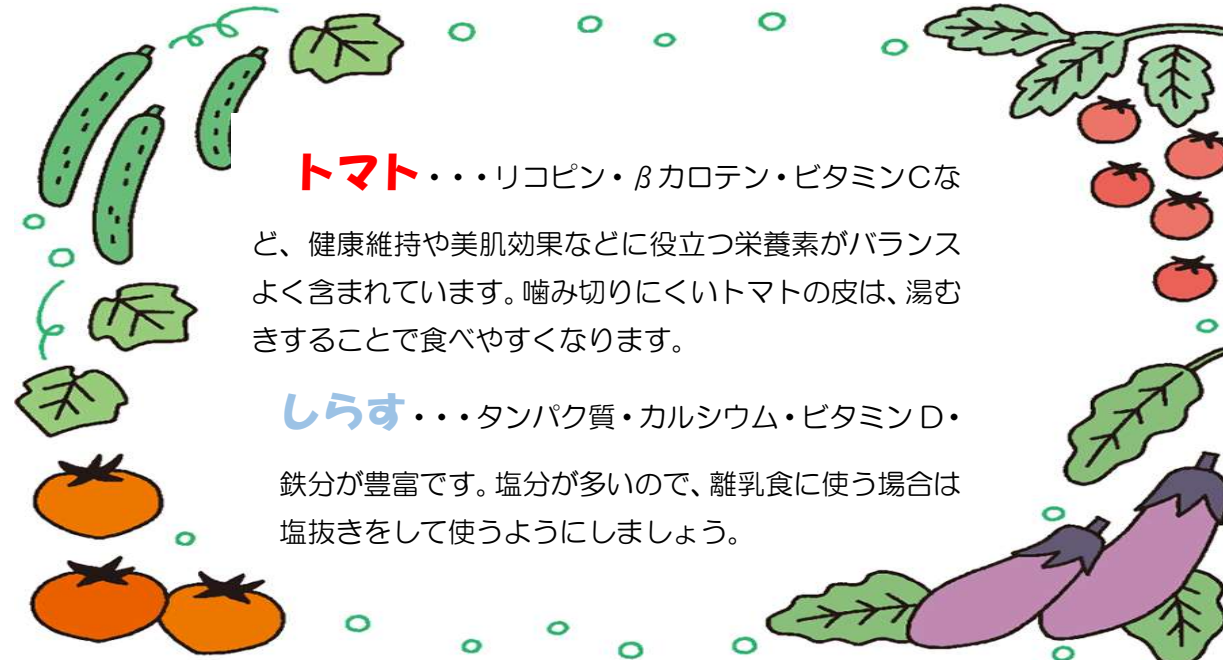
お子さんの成長に合わせて、食材の大きさや固さを調整してあげてくださいね。



①ごっくん期は、ごはん・トマト・しらすを柔らかくなるまで煮たものを、フードプロセッサーでペースト状にしています。

②もぐもぐ期は、トマト・しらすをみじん切りにし、ごはんと一緒に加熱して舌で潰せる固さに仕上げています。＊必要に応じてマッシャーなどで荒く潰して提供しています。

③かみかみ期は、トマトは角切り・しらすはそのままの形状でごはんと一緒に加熱し、歯茎で潰せる固さに仕上げています。



トマト・・・リコピン・βカロテン・ビタミンCなど、健康維持や美肌効果などに役立つ栄養素がバランスよく含まれています。噛み切りにくいトマトの皮は、湯むきすることで食べやすくなります。

しらす・・・タンパク質・カルシウム・ビタミンD・鉄分が豊富です。塩分が多いので、離乳食に使う場合は塩抜きをして使うようにしましょう。

『離乳食の進み方』には個人差があります◎

赤ちゃんの栄養源は母乳・ミルクから次第に離乳食・幼児食へと移行していきます。最初は食べ物を上手に取り込むことができず、口からあふれてしまうこともありますが、食事の経験を重ねることで上手に食べることができるようになっていきます。時には思うように進まず、悩むこともあるかもしれませんが、赤ちゃんの様子を見ながら焦らず進めていくことが大切です。

困った時の相談やホッと一息リフレッシュなど、支援センターをぜひご利用ください。

みなさんのお越しをお待ちしています☆シ

AED 講習会

四万十清流消防署の署員の方に来ていただき、応急手当講習を行いました。
AED の使い方や異物を飲み込んだ時の対処の仕方などを教えていただきました！



心臓マッサージ
とAEDの使い方
を習いました！



真剣です！



子育てミニ講演会

澤田医師によるミニ講演
今回は小児の救急疾患とその
対応(夏バージョン)でした☆



いろいろな病気をしながらだんだん強くなっていくそうです😊
みんなすくすく大きくなあれ😊



図書館へ行ってきたよ！

7月15日(水)に図書館へお出かけしてきました。
図書館の職員の方に読み聞かせをしていただき、お母さんも子どもたちも絵本の世界を楽しんでいました。
みなさんも図書館へ行ってみませんか。居心地のいい図書館ですよ😊



「あやとり」の手遊び
を教えていただきました。
ママ達も実践中！



日本語バージョンと英語バージョンで読んでいただきました！同じ絵本だけど雰囲気が違います。



大型絵本📖
近くで見ようかな😊



読み聞かせを聞きながら、夢の中🌙
いい気持ち

先輩ママでもある図書館の職員さんと
👶育児、真最中のママとしての経験からの絵本についてアドバイスもしてくださいませ



この絵本、
面白いな😊



7/17
げんきっこひろばの様子😊



図書館で習った「あやとり」をママ友にも伝授。なんと「あやとり」で蚊が作れるのです。



大型絵本、読み聞かせ😊 迫力があつたね😊



おやつはプリンアラモード 離乳食、みんなよく食べてくれました

手形でかき氷アート
作りに来ませんか🍧

果物のパーツはご用意
していますので、簡単に
できます！



8月4日（火）と8月18日（火）の
げんきっこひろばでは、お子様の手形を
使ってかき氷の制作をします。
とっても可愛い作品になると思いますの
で是非作りにいらしてくださいね😊



9月の行事予告

9月29日（火）は移動動物園「プレーメン」が子育て支援センターにやってくるよ🐰
可愛い小動物との触れ合いもできます🐰
遊びに来てね～😊

おでかけひろば
in
ひかり保育所
7・14（火）



赤ちゃん、
かわいい😊



パパとミルク
タイム😊おい
しいな🍵



ひかり保育所の園長
先生とハイチーズ😊



たくさんのお友達が出
迎えてくれました😊
可愛いおばけの踊りを
見せてくれました！

今日にはぎやか
だな～😊

子育て支援センターから手作
り玩具のプレゼント🎁
園長先生、的当て、大成功😊