げんきっこだより

10月号

令和８年９月25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

　涼しい風が吹き、日ごとに秋らしくなってきましたね。でも、まだまだ日中は暑い日が続いています。体調管理に気をつけて元気にお過ごしください。
　支援センターでは今月も楽しい行事が盛り沢山です。ぜひ、遊びに来てくださいね。お待ちしています♪

10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
9/28	29 移動動物園 ブレーメン来所	30	10/1	2 げんきっこひろば みんなであそぼう 「ファーストスプーン講座」 受付開始
5	6 げんきっこひろば CIR さんと遊ぼう	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 スポーツの日	13	14 4･7 か月健診	15	16 げんきっこひろば 誕生会
19	20 げんきっこひろば 合同運動会	21 「ファーストスプーン講座」 受付締め切り	22	23
26	27 げんきっこひろば オカリナの音色を楽しもう	28 ファーストスプーン講座	29	30

※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。）

“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。

10月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～
2	みんなであそぼう	豆腐ペースト	豆腐としらすの煮物	豆腐としらすの煮物
	豆乳プリン・果物	キャベツペースト	キャベツの柔らか煮	キャベツの柔らか煮
6	CIR さんと遊ぼう	かぼちゃパン粥	かぼちゃパン粥	かぼちゃサンド
	サンドイッチ・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
9	みんなであそぼう	さつまいもペースト	鶏肉とさつま芋の煮物	鶏肉とさつま芋の煮物
	菜飯・果物	湯むきトマト	湯むきトマト	湯むきトマト
16	お誕生会🎂	大根ペースト	魚と大根の煮物	魚と大根の煮物
	バナナマフィン・果物	バナナペースト	バナナ	バナナ
20	【運動会🚩】			
	※おやつはありません。			
27	オカリナの音色を楽しもう🎵	うどんペースト	煮込みうどん	煮込みうどん
	かぼちゃのパウンドケーキ	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

★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

ぴよぴよひろば（火曜日）

場所：認定こども園たのの内　　☎２７－０３６３
住所：四万十町大正３８８

20日　合同運動会 in 窪川子育て支援センター
※おやつはありません

27日　みんなであそぼう
おやつ：鮭寿司・果物
離乳食：芋粥・大根の煮物・果物

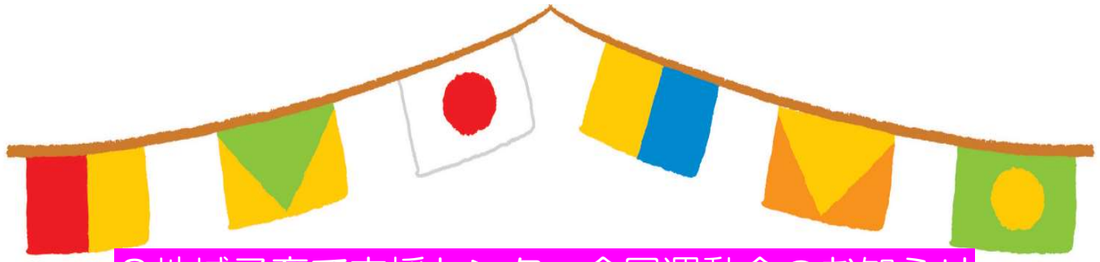
にこにこひろば（木曜日）

場所：昭和保育所内　　☎２８－４２３３
住所：四万十町昭和 416-4

１日　みんなであそぼう
おやつ：きのことベーコンの和風スパゲティ・果物

８日　赤ちゃん相談
おやつ：アップルパイ・果物

15日　お誕生会☆
おやつ：ロールケーキ・果物



３地域子育て支援センター合同運動会のお知らせ

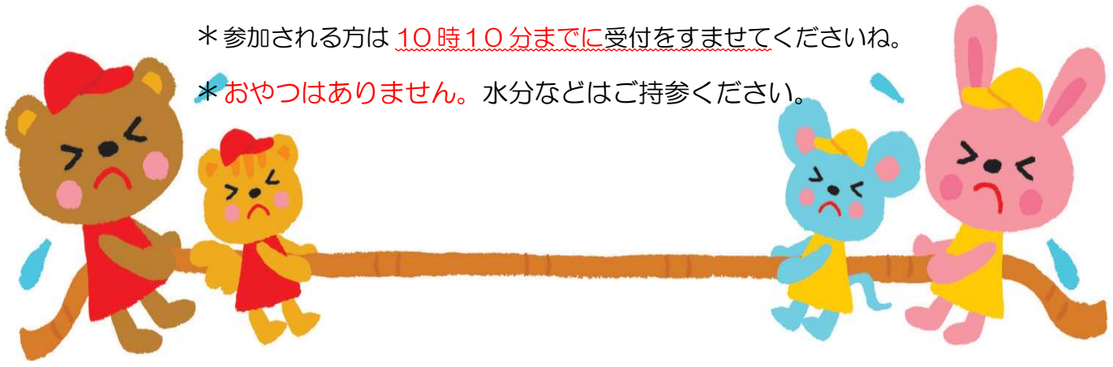
今年は十和・大正・窪川地域子育て支援センター合同の運動会を行います。
かけっこやハイハイでの競争や親子競技など楽しめる競技をご用意しています。
３地域合同の運動会をみんなで楽しみましょう！
たくさんの方のご参加をお待ちしています。（人数把握のため、ご予約をお願いします）

＊日　時　　10月20日（火）10：20～11：00頃

＊場　所　　窪川子育て支援センター　ホール（雨天時も予定通り行います）

＊参加される方は10時10分までに受付をすませてくださいね。

＊おやつはありません。水分などはご持参ください。



昨年度の運動会の様子です

ピクニックに行こう！

十和・大正・窪川地域の子育て支援センター合同ピクニックです

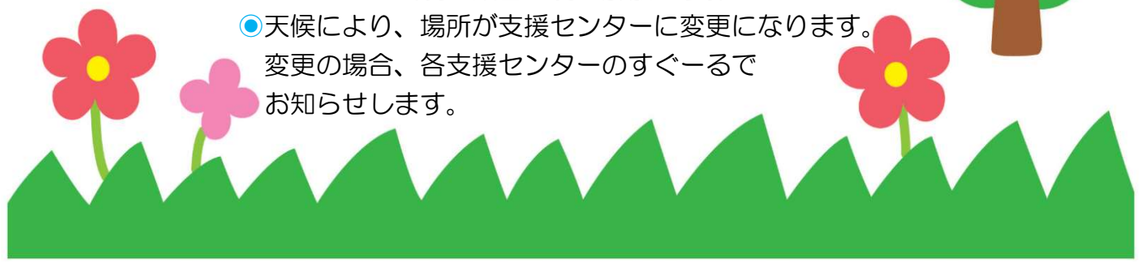
暑さも落ち着き、気持ちよい季節となりましたね。
広い公園でのピクニックに参加しませんか？

☀　日時　：　11月６日（金）
　　10：00頃～11：30頃
　（11：００頃からおやつを食べ始めます。）

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

◉10：00頃、おいでてください。
　（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。
　変更の場合、各支援センターのすぐーるで
　お知らせします。



9/4 澤田医師　ミニ講演

今回は「心の防災」について教えていただきました。

災害時、大切な家族の心を守るためには何をしたらいいの？こどもの不安を大人が包んであげること、例えば抱きしめる、話をよく聞いてあげる、赤ちゃん返りをしたら受け止める、体の痛い箇所に手を当てて、手当をしてあげることなどが大切だそうです。

災害後、こどもが地震ごっこなどをしても叱らず見守ることが大事だそうです。

『ファーストスプーンづくり』

主催・・公益社団法人高知県森と緑の会

★ 日　時　　**10月28日(水)　10:00～12:00**
★ 対象・定員　　**10名(要申込)**
★ 材 料 費　　**無料(一人1本スプーンをつくります)**
★ 講　師　　**平子　真治　さん　(木育インストラクター・HIRAKO Lab 主宰)**

*自然素材である木は、あかちゃんが人肌の次に心地よく感じる素材といわれています。地元の天然木で、願いをこめてつくるスプーンのやさしいぬくもり。木に触れて心を育む子育てを始めてみませんか。講座では、四万十町の木などを材料に木のスプーンを作ります。

木育(もくいく)ってなあに？・・子どもの頃から木や森とふれあうことで子どもの健やかな成長を促し、将来自然を大切に考え・行動できる人を育てる取り組みを「**木育**」といいます。

受付期間　：　10月2日（金）～10月21日（水）
（定員になり次第、締め切らせていただきます。）

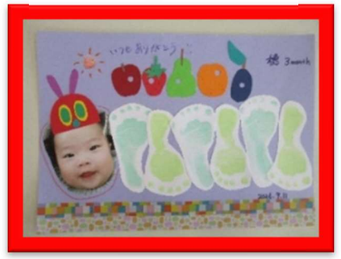
✻ センターにある申込用紙に記入、またはお電話でお申し込みください。(☎22-2525)

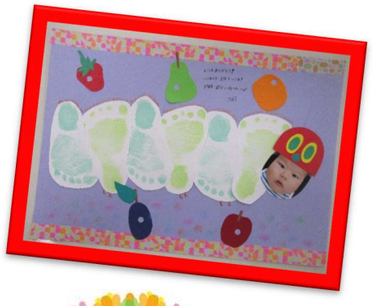
当日はお子さまの託児をいたします。水分補給のため、お茶等をお持ちください。

昨年の様子です

今月もたくさんのお友達が遊びに来てくれました

敬老の日の
プレゼントを
作ったよ！





世界に一つの
素敵な作品が
できました😊

おでかけひろば
In
松葉川保育所
9・8（火）

たくさんの昆虫たち！
ヘラクレスオオカブトが
２匹もいたよ😊

保育所のお友達が
かっこいいダンスを
見せてくれました😊
盛り上がりました！

松葉川保育所の
園長先生と😊

おでかけひろば
In
川口保育所
9・15（火）

お兄ちゃん、お姉
ちゃんがたくさん
いて、楽しいな😊

川口保育所のお友だちは元気いっぱい😊
乳児組さんが可愛いオバケのダンスを
見せてくれました。👻👻

川口保育所の
園長先生と😊

１０/２７（火）のげんきっこひろばでは「オカリナの音色を楽しもう」と西谷史先生による、ミニコンサートを予定しています。音楽の秋♫　オカリナの優しい音色を楽しみませんか？ご参加お待ちしています。