



ゆいかごだより

〒739-0024
東広島市西条町御園宇 6245-1
電話 082-424-3932
日曜開放日 082-493-7488
FAX 082-422-0128
E-mail yurikago@aikuen.org
HomePage http://www.aikuen.org/

■ 10月の予定 ■ 行事への参加予約は 10/3(火)10時から受付です

【スペース開放】月～金曜 10:00～15:00 日曜（月1.2回） ※土祝日は休み

日	月	火	水	木	金	土
1 日曜開放 0.1.2.3 うどんかい 10:00～11.30	2 休館日	3	4● 避難訓練	5	6 BPプログラム 10:00～12:00 13:00～開放	7
8	9 体育の日	10 あいあいくらぶ 10:00～11:30 12:00～開放 すくすく測定	11●	12	13 BPプログラム 10:00～12:00 13:00～開放	14
15 食育講習会 10:00～12:00 12:00～開放	16 休館日	17	18●	19 子育て座談会 10:30～11:30 12:00～開放	20 BPプログラム 10:00～12:00 13:00～開放	21
22	23*	24 芋掘り 10:00～11:00	25 手芸クラブ 10:00～11:30 12:00～開放	26 芋掘り予備日	27 BPプログラム 10:00～12:00 13:00～開放	28
29	30*	31				

* 印の日の 11:15～11:30 は手遊び、絵本の読み聞かせなどで楽しみましょう。

●印は手作りおもちゃの日です。

■ は予約が必要です。

子育て座談会 (要予約:定員8組)

子育ての悩み、ストレス、そして喜び、楽しみ、いろいろありますよね。人生経験豊富なこころ塾の方々のお話を聞いたり、同じ悩みをもつお母さんたちと一緒に話をしましょう。お気軽にご参加ください。

日時:10月19日(木) 10:30～11:30

テーマ:「きょうだいの子育て」

※申し込み締め切りは10月18日(水)です

手芸クラブ (要予約:定員10組)

かわいい小物を一緒に作ってみませんか。手芸が苦手な人も楽しくつくれますよ。

日時:10月25日(水) 10:00～11:30

テーマ:「クリスマス」 材料費:100円

※申し込み締め切りは10月24日(火)です

食育講習会 (要予約:定員10組)

地域の栄養士さんによる、すぐに役にたつ食についての内容です。お気軽にお申込みください。

持参物:エプロン、三角巾、箸 参加費:100円

日時:10月15日(日) 10:00～12:00

テーマ:「みんなで楽しく一緒に食べる朝食づくり」

※申し込み締め切りは10月13日(金)です

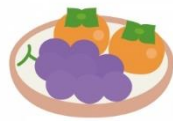
芋掘り(予約不要)

日時:10月24日(火) 10:00～11:00

10:15頃に出発です。【雨天予備日26日(木)】

5月になかよし農園に植えたさつま芋を一緒に掘りましょう! 汚れてもいい服、長靴、スコップ、ビニール袋を持参して下さい。





I♡子育てコメント



吹く風が心地よくなり、近所の公園で遊んだり、散歩をしたりするには丁度いい季節になりましたね。

先月は東広島市役所の健康増進課の職員さんが来られ骨密度の測定会を行いました。管理栄養士さんの話を聞いたり、運動療法士さんに子どもと一緒に出来る運動を教えて頂いたりと楽しい時間を過ごしました。

授乳中や妊娠中は体内で作られたカルシウムを子どもに使ってしまうので、年齢よりも数値が少し低い事もあ
るそうです。子育て中は子どもに合わせた食事になってしまうので、牛乳等のカルシウムが多く含まれる食品を意
識して毎日”コツコツ”と摂るのがいいそうです。ちなみに、私の骨密度は毎日牛乳を飲んでいるからか数値が良
かったです。是非毎日の牛乳と、あと小松菜や納豆、ヨーグルト等もいいそうですよ。試してみてくださいね。

今月は、0.1.2.3 うんどうかいと芋掘りの行事があります。どちらも予約不要なのでお友達を誘って来てくださ
いね。お待ちしております。

記：円奈

★ 簡単スイートポテト …ホクホクおいしいおやつです。



材料	作り方
さつまいも 200g	①さつま芋の皮をむき、水にさらした後水気を切る。
砂糖 20g	②鍋に①を入れ、軟らかくなるまで茹でる。
(バター 適量)	③水気を良く切った後ボールにうし、砂糖と牛乳を入れてよく混ぜる。
牛乳(豆乳) 20g	④形を整えオープンシートに並べる。上から卵黄を刷毛で塗る。
卵黄 1/2 個	⑤オーブンを 200 度に予熱し、20 分焼く。 ※③の工程の時にバターを入れるとコクがでてまろやかになります。

【手作りおもちゃの日】 4 日(水) 11 日(水) 18 日(水)

★みんなで作ろう！

* 材料を準備していますので、一緒に作りましょう！



【ストローとんぼ】



【けん玉】

0・1・2・3うんどうかい (予約不要)

日時:10月1日(日) 10:00~11:30

遊戯室でうんどうかいを行います。

ご家族、友達を誘い合って来て下さいね。

※水分補給できるものを持参ください。



あいあいくらぶについて

子どもの成長、発達が気になる、相談したいという方に保健師さんと話ができる場です。

(詳しくはスタッフまで)

11 月は保健相談を行います

日時:11月8日(木) 10:30~11:30

テーマ:「歯は一生の宝物」 (定員 10 組)

■■■ 利用者の声 ■■■

引越してきて近所に友達もなく子どもと 2 人で過ごしていました。“今日は誰とも話さなかったな”という日もあったので、友達を作ろうと思い、ゆりかごに通うようになりました。最初は子どもも遊ばずひざの上にいるだけでしたが、毎日のように通うようになって段々母子共に友達ができ楽しく毎日過ごせるようになりました。入園とかで離れてしまっても友達でいられるそんな仲間が見つけれられる場所です。

★R・H★