



# たけのこだより 11月号



あの酷暑はどこにいったのだろう…(^-^);

季節の移ろいが薄れてきた今日この頃。寒暖差が大きく、体調を整えるのも苦慮しますよね。寒いかな？と思って厚着させると、気温と湿度が上がり、じっとり汗をかかせてしまうことがあると思います。特に小さなお子さんは、自分の体温調節をうまく行うことができません。汗をかいたままにして風邪をひかせることもありますので、汗を吸収する肌着やあまり厚くない衣服を着用させ、上着などで調節するといいかもしれませんね。



## 『11月の行事予定と内容』

### 11/11(火)「母親教室④」講師：佐藤牧子先生

☆今年度4回に渡って学んだ「愛着」「子育てのヒント」の総まとめです  
この回だけ聞いても勉強になります！ぜひ、ご参加ください(艸`\*)

### 11/12(水)「七五三お楽しみ会」「誕生会」

☆子どもの成長を祝う「七五三」をお楽しみ会として楽しめます。  
11月生まれのお誕生会もします！

### 11/26(水)「クリスマスカレンダー作りの会」

☆図案は母子モに掲載します。お楽しみに！！

### 11/27(木)「親子体操教室⑥」講師：阿部純子先生

☆おうちの人と一緒に親子運動、ベビーマッサージ、大人のためのストレッチなど、その日来ていただいた皆さんの様子に合わせた教室です。

### 11/19(水)「放課後児童クラブ入所申請日」

☆利用組数の制限を行うことがあります。申請会場が地域子育て支援センター前となっています。ご理解とご協力をお願いいたします。

### 11/6(木) 栄養士さんと話そうの会

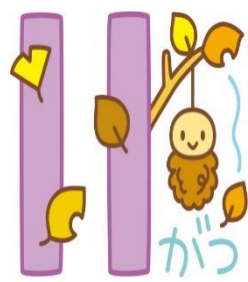
### 11/21(金) ひまわり教室(午前休館・午後開館)

※支援センターの行事には事前の申込みが必要です。直接遊びに来た時に  
予約する方法と、電話(0226-46-3042)で予約する方法があります。



【健康コラム】熱があるとき「あたためる?」「冷やす?」の問題。

手足が冷たく、寒がる時はまだ熱が上がっている途中なので、「あたためる」。顔や手足が熱くなっていたら熱が上がってきたサイン。布団や着ているものを調節し、過ごしやすいようにします。その際、額に冷シートなどを貼ることもありますが、基本は水枕や水で絞ったタオルを使い冷やします。汗をかいたら早めに着替えさせ、自分の汗で不快な思いをさせないようにしましょう。



日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 文化の日	4 開放施設 地域・戸子	5 開放施設 地域	6 開放施設 地域  栄養士と話 そうの会	7 開放施設 地域・歌子  リユースデー	8
9	10 開放施設 地域・戸子	11 開放施設 地域  母親教室④	12 開放施設 地域 七五三お楽 しみ誕生会 カレンダー 作り	13 開放施設 地域・歌子	14 開放施設 地域・歌子  リユースデー	15
16	17 開放施設 地域・戸子	18 開放施設 地域・戸子	19 開放施設 地域 学童申請日 地域利用定 員制限有	20 開放施設 地域・歌子	21 開放施設 地域 ひまわり教 室 (am 休館 pm開館) リユースデー	22
23 勤労感謝 の日 30	24 振替休業日	25 開放施設 地域・戸子	26 開放施設 地域 クリスマス カレンダー 作りの会	27 開放施設 地域 親子体操教 室⑤	28 開放施設 地域・歌子	29

#### 【問合せ先】

・地域子育て  
支援センター  
☎46-3042

・戸倉地区子育て  
支援センター  
☎28-9366

・歌津地区子育て  
支援センター  
☎28-9656

・子育て支援係  
☎46-1402

～お知らせ～

○地域子育て支援センターでは南三陸町に住所のある1歳6か月から就学前までのお子さんの  
「一時預かり事業」を実施しています。詳しい利用方法については、ご相談ください。

○「子育て相談」もお受けしております。電話相談・直接お会いしての相談を利用できます。  
一人で悩まず、ご連絡ください。(地域子育て支援センター☎0226-46-3042)

○カレンダーに記載されている地域・戸子・歌子は、その日に開館されている施設です。