

ルンルンつうしん 8月号

支援センターご利用について

子育て支援センターは、子育て中のみなさんやOBの方がた、地域のみなさんが、いつでも気軽にご利用いただける居場所です。自由にゆっくりとお過ごしください。

毎日とても暑い日が続いています。瀬戸内市は岡山市や津山市よりも気温が少し低いので暑さもさほどと思っていましたが、今年はかなり暑くこれから入道雲も出てくる夏本番に向かうので、今でも十分暑いのにどうなるのかなあ！と心配です。

夏の野菜や果物はいろいろありますが、みなさんは何が好きですか？胡瓜や茄子、南瓜などはとっても体に良いので、しっかり食べたいですね。

☆親子でクッキング☆

～ちゅるちゅる飲むゼリー～

＜材料＞ 8人分

ぶどうジュース……1リットル

粉ゼラチン……大さじ1

Aレモン汁……1/2個分

水……4カップ

はちみつ……大さじ5弱(100g)

＜作り方＞

1 適当な量のぶどうジュースを耐熱容器に出し、粉ゼラチンを振り入れて5分ほどふやかす。

2 湯せんまたは電子レンジで1のゼラチンを溶かす。

3 残りのジュースに戻し入れて混ぜ合わせ、冷蔵庫で冷やしかためる。

4 Aを合わせてレモン水を作る。(甘さは調節する。)

5 3をフォークでかき混ぜて軽く砕き、コップに入れて4のレモン水を注ぐ。

《8月のルンルンカレンダー》

講演会に来てね！

8月2日(土) 10時～11時半

『自立のための力』をテーマに、岡本克巳先生(市の教育支援センター副センター長、元中学校長)に講演をしていただきます。学童クラブと支援センター、保育園保護者が対象です。

場所 支援センター ◎要予約

県警音楽隊を観に行こう

8月5日(火) 10時～

県警音楽隊のみなさんに演奏をお願いしています。今年は大変暑いので牛窓福祉センターホールで開催します。 ◎要予約

ヒーリングデー

8月26日(火) 10時～

・まどかママの『ネイルケア体験』爪の形を整え綺麗に！ハンド、フットどちらかは500円、両方は1,000円です。 ◎要予約4名
・あやのママの『アロマハンドタッチケア』エッセンシャルオイル！植物の力でリラックス！ ◎要予約20分～30分500円5名

令和7年8月1日

牛窓ルンビニ 子育て支援センター

＜牛窓ルンビニ保育園併設＞

お問い合わせ電話

090-1517-2310

Fax 0869-34-2218

住所 瀬戸内市牛窓町牛窓 4959-5

♡子育てをサポート♡

電話相談 来園相談

毎週月曜日～土曜日の

9:30～16:30

☆随時受け付けています。

園児、小学生、中学生等の相談も受け付けています

訪問相談

☆お宅までお伺いします。

育児、子育てについて、気になること等何でもご相談ください。

りなママの「月齢フォト」

8月29日(金)

30日(土)

ひまわり撮影会

ポップで可愛いひまわりのセットで、夏の思い出を残しましょう。

29日 9時半～1時半まで

30日 9時半～11時半まで

☆30分おきに撮影です。

☆予約の際には希望の日にちと時間をお知らせください。

◎要予約 10枚で1,500円

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
室内(9:30～4:00) 戸外(9:00～6:30)	室内(9:30～3:00) 戸外(9:00～6:30)	室内(9:30～4:00) 戸外(9:00～6:30)	室内(9:30～3:00) 戸外(9:00～6:30)	室内(9:00～2:00) 戸外(9:00～6:30)	～園庭開放～ 戸外(9:30～5:30)
				1日 ルンルン体験 ゆったりで～♡ (プール、水あそび)	2日 講演会
4日 みんなのひろば (ポディーペインティング) (プール、水あそび)	5日 県警音楽隊 (水あそび)	6日 歌あそび 11時～ 歌の先生達と歌や絵本の楽しい時	7日 絵本といっしょ (まどっこまんと) (水あそび)	8日 ルンルン体験 ゆったりで～♡ (プール、水あそび)	9日 園庭開放
11日 山の日 お休み	12日 ゆったりで～♡ (水あそび)	13日 ゆったりで～♡	14日 ゆったりで～♡	15日 ゆったりで～♡	16日 園庭開放
18日(プール) あすかママとけんパパの 「親子で楽しむリトミック」 ◎要予約	19日(水あそび) おおきくなったかな ～0歳から6歳さんの身体計測～	20日(水あそび) 8月の誕生日会 ◎要予約	21日 ママのひろば (絵の具を使って遊ぼう)	22日 ルンルン体験 不登校経験や発達障害のある子どもの親子のひろば (プール、水あそび)	23日 園庭開放
25日 ゆったりで～♡ (プール、水あそび)	26日 ヒーリングデー (水あそび)	27日 ゆったりで～♡ (プール、水あそび)	28日 ゆったりで～♡ (水あそび)	29日 ルンルン体験 りなママの「月齢フォト」 (水あそび)	30日 りなママの「月齢フォト」

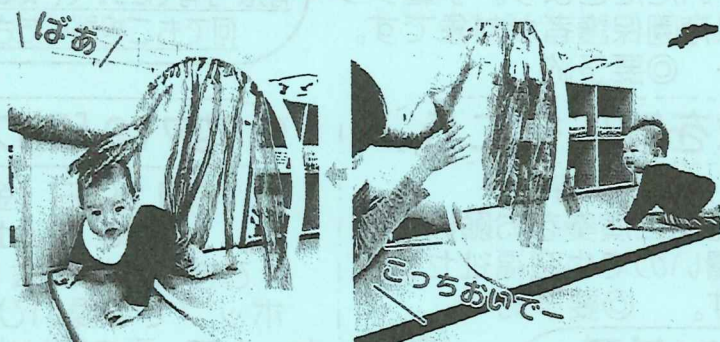
0歳の遊び 風船タッチ

子どもが伝い歩きできるような場所を選び、少し先に風船を置いたりつるしたりします。風船は子どもにとって興味がわくもののひとつです。触ろうと手を伸ばしたり、伝い歩きをしたりしながら、高さや数を変えることでより興味を刺激できます。

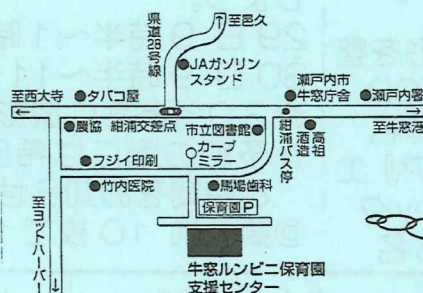


0歳の遊び ひらひらトンネル

フープとスズランテープを使います。まず大人がくぐって見せることでフープを自分もくぐりたくなります。前に踏み出す力を後押ししたいですね。



※スズランテープが長すぎると前に登せ付く可能性があるのに注意しましょう。



牛窓ルンビニ支援センターに
遊びに来てね

一時保育&ルンルン保育体験の案内

- 一時預かり保育は、お母さんや育児をしている方が、出産、職業訓練、冠婚葬祭、疾病、介護、看護、家庭内労働などで、育児ができない場合や、リフレッシュやお出かけの時などに、お子さんを保育園でお預かりする制度です。(2ヶ月～小学校就学前までのお子さんが対象、ただし、保育所・幼稚園・こども園の在園児は、利用できません) 1ヶ月に13日まで利用できます。[月曜日から土曜日で、4時間まで(半日)の利用は0.5日として取り扱います] <4時間まで1,000円、4時間を超えて8時間まで2,000円>
 - ルンルン保育体験は、毎週金曜日午前中に保育園の生活を体験する日です。<利用料は1,000円>
- ☆上記いずれの保育を希望される方は、必ず前日の午前中までに予約をお願いします。
- ◎ 内容やご質問、お問い合わせは、Tel34-2309へ!

支援センター 090-1517-2310

保育園 0869-34-2309

Fax 0869-34-2218

牛窓子育て支援センターの電話です。
ライン公式アカウントもできました。

友だち募集中!

♡予約はラインや電話で♡

♪ いっぱんばしにほんばし ♪

1歳 1 ♪ いっぱんばし いっぱんばし	2 ♪ おやまに なっちゃった	2歳 1 ♪ にほんばし にほんばし	2 ♪ めがねに なっちゃった
人差し指を片方ずつ出します。	そのまま指先をつけて、山の形にします。	チョキを片方ずつ出します。	そのままだ目にあてて、めがねをつくりします。
3歳 1 ♪ さんぽんばし さんぽんばし	2 ♪ くらげに なっちゃった	4歳 1 ♪ よんぽんばし よんぽんばし	2 ♪ おひげに なっちゃった
3本の指を片方ずつ出します。	そのまま下に下げて揺らします。	4本の指を片方ずつ出します。	そのままだ目にあてて、ひげにします。
5歳 1 ♪ ごほんばし ごほんばし	2 ♪ ことり なっちゃった		
パーを片方ずつ出します。	親指同士をつけて、はばたきようにバタバタさせます。	1. いっぱんばし いっぱんばし おやまになっちゃ た 2. にほんばし にほんばし めがねになっちゃ た 3. さんぽんばし さんぽんばし くらげになっちゃ た 4. よんぽんばし よんぽんばし おひげになっちゃ た 5. ごほんばし ごほんばし ことりになっちゃ た	

作詞/湯浅とんぼ 作曲/中川ひろたか

おおきくなったかな!

8月19日(火) 10時~12時

支援センターでは、毎月赤ちゃんからの身体計測(頭囲、胸囲、身長、体重)を行っています。職員と一緒にお子さんの成長を喜んだり、疑問や悩みを考えたりしています。計測を嫌がるお子さんは、他のお子さんの計測の様子を見たり、遊んだりしながら慣れた頃に測ります。支援センターは正確に測れる身長体重計を使っています。ママさん同士や先輩ママさんとの子育て情報交換の場にもなっていますので、ご利用が初めてという方もお気軽にお越し下さい。♪ルンルンお助け隊♪の先輩ママさんたちも手伝いに来てくれますよ!

♡すこやかに♡

原爆記念日

8月6日は「広島原爆記念日」9日は「長崎原爆記念日」15日は終戦記念日です。第二次世界大戦中、世界で初めて日本に原爆が落とされ、たくさんの方が亡くなり傷つきました。今の平和な生活に感謝しながら、世界の平和をみんなで祈りましょう。

お盆

お盆とは、先祖の霊を迎えて供養する期間のことで、正式には「盂蘭盆会(うらぼんえ)」といいます。この期間、各地では盆踊りが行われます。これは先祖の霊を慰めるための踊りです。墓参りをしたり盆踊りに参加したりするときは、ご先祖さまへの感謝を忘れないようにしたいですね。

野菜の日

野菜の知識と理解を深める日として、8月31日は語呂合わせで「野菜の日」に制定されています。暑さや夏の疲れから、食欲が落ちたり夏バテぎみになったりすることがあります。旬の野菜をしっかりと食べて栄養をたっぷりとり、元気に過ごせるようにしましょう。