



# ルンルンつうしん 3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。

立春が過ぎてだんだんと春が近づいてくる時期ですが、2月になっても今年は大雪が降り生活が大変になっている所もあります。雪の積もった景色は素敵な風景ですが、急に激しく降り積もると災害が起こることもあるので心配です。これからの季節は寒さの中でも梅の花が咲いてきて、赤ちゃん麦も少しずつ育ち田んぼが緑色になり春が近づいて来るのを感じますね。

### ☆子どものおやつ☆

～簡単いちご大福～

<材料> 4個分

- もち……2個 あんこ……100g
- 砂糖……大さじ2 いちご……4個
- もちとり粉(または片栗粉)……適宜

<作り方>

- 1 もちは小さく切ってひたひたの水とともに鍋に入れ、ふたをして火にかける。
  - 2 もちがとろとろにやわらかくなったら、ふたをずらして水を捨て、砂糖を加えて木べらで全体をかき混ぜる。
  - 3 もちがなめらかな状態になったら、もちとり粉を入れたバットにとり、4等分して丸める。
  - 4 あんこでいちごを包んでおく。
  - 5 4を3のもちで包めばできあがり。
- ☆おもちに砂糖を練り込むことで、冷めたときにかたくなるのを防げます。粒あんでもこしあんでもお好みで!

### 《3月のルンルンカレンダー》

### 杉先生の講演会

3月7日(土) 9時半～11時 ホール  
「発達障害ってなあに?」～本当を知る～をテーマに県内の保育園、幼稚園、こども園、小中学校の巡回指導員をされている臨床発達心理士 ☆杉哉子先生の講演会を開催します。◎要予約

### しほママの「木製カスタネット作り」

3月16日(月) 10時～  
好きな絵を描くマイカスタを手作りします。お子さんが描いてもママパパが描いてもいいですよ。◎材料代 1,200円 要予約8名まで



### ヒーリングデー

3月30日(月) 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  
・あすかママの『福祉ネイル』マニキュアを塗ってくれますよ!お子様も塗ってもらうと爪を眺めて喜んでいきます。◎要予約 500円 5名

令和8年3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

☆お宅まで伺います。  
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」

3月7日(土) 9日(月)

イースター撮影会

大きなさまざまな色の卵とうさぎさんの衣装で春の撮影会をします。

\*1500円/10枚納品

◎予約日時

☆7日9時半～12時

☆9日9時半～14時

・30分おきに撮影です。

☆予約の際には希望の時間をお知らせください

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(9:30~16:00) 戸外(9:00~18:30)	室内(9:30~15:00) 戸外(9:00~18:30)	室内(9:30~16:00) 戸外(9:00~18:30)	室内(9:30~15:00) 戸外(9:00~18:30)	室内(9:00~14:00) 戸外(9:00~18:30)	～園庭開放～ 戸外(9:30~17:30)
2日 赤ちゃん講座2	3日 ひなまつり会 10時～	4日 スマイルベビ-＆マタニティ-ママー- ゆうこさんの絵本とお話 赤ちゃんの玩具づくり	5日 絵本といっしょ (ちまちどんどんさん) 10時半～	6日 ルンルン体験 ゆったりで～♡	7日 りなママの「月齢フォト」 講演会
9日 りなママの「月齢フォト」	10日 あやママの「楽しむ会」 いろんな出し物を観てね! ◎要予約 10時半～	11日 「ヤクルト健康教室」 ◎要予約 10時～11時	12日 おもちゃの病院 しーちゃんの 「オーラよみ&星よみ」 15分 2千円◎要予約	13日 ルンルン体験 ママのひろば (子どもの心の育ち)	14日 園庭開放
16日 しほママの 「木製カスタネット作り」	17日 おおきくなったかな ～0歳から6歳さんの身体計測～	18日 「不登校経験や発達障害の ある子どもの親子のひろば」	19日 3月誕生日会 ◎要予約 10時～ ひろこママの「親子でEnglish」 ◎要予約 10時45分～	20日 春分の日 お休み	21日 園庭開放
23日 歌あそび 歌の先生達と歌や絵本の楽しい時 11時～	24日 またあおうね会 (みんなで思い出そうね!) ◎要予約 10時半～	25日 ゆったりで～♡	26日 ゆったりで～♡	27日 ルンルン体験 みんなのひろば (可愛いマイカレンダー作り) ◎要予約 10時～	28日 園庭開放
30日 ヒーリングデー	31日 親子でクッキング (ライスバーガー作ろうよ) ◎要予約 600円 10時～				

## くるっと回転!(0歳児)

カードをめくって「あたり」を見つける

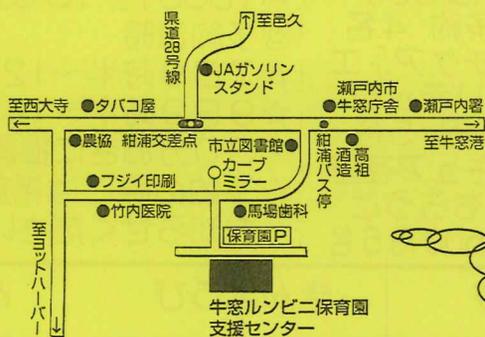
厚紙、ビニールテープを使って、3~5枚くらい円形のカードを作り、1枚に動物を描く。それをめくったら当たり!



## ころころドン!(1歳児)

転がして的確に当てる

筒型ペットボトルを使って傾斜板を転がして、前に置いた的に当てる繰り返し遊びです。ペットボトルの中の水の量を変えるとスピードの変化も楽しめますよ。



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。[月曜日から土曜日間で、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、早めの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♡



## ♪ちいさなにわ♪

- 1 ♪ちいさなにわを 2 ♪よくたがやして 3 ♪ちいさなたねをまきました 4 ♪くんくんのびて



両手の人さし指で、胸の前に小さな四角(庭)をかきます。



両方の人さし指を曲げ、左から右、右から左へと拵すように動かします。



片方の手のひらを上に向け、そこから種をつまんでまくなをします。



両手を合わせ、左右に振りながら上に伸ばしていきます。

- 5 ♪はるになって



あげた両手を頭上で開き、ひろひろさせながら下ろします。

- 6 ♪ちいさなはなが



両手の人さし指を4回打ち合わせます。

- 7 ♪さきました



両手を合わせて少しふくらませます。

- 8 ♪ポツ!



ポツと花が咲くように両手を小さく開きます。

## おおきくなったかな!

3月17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♡ ひな祭り

3月3日はひな祭り(桃の節句です)。雛人形は子どもたちの身代わりとなり、事故や病気から守ってくれると考えられています。雛あられやひし餅の色にも意味があります。緑は「新緑・大地=健康や長寿」、白は「雪=清浄」、ピンクは「桃=魔除け」を意味します。伝統行事を大切に、子どもたちの成長を願ってお祝いしたいですね。

## ハマグリちゃん

ハマグリは、2枚対になっている貝でなければピタリと合わないことから、夫婦円満の縁起物とされています。ひな祭りや結婚式でハマグリのお吸い物が出されるのは、未永く一緒にいられるようにという意味があるそうです。旬(2月~4月)のハマグリは栄養たっぷりです。

## よくかんで

昔に比べ、柔らかい物が増え、かむ力がおよそ6分の1になったといわれます。咀嚼することにより、病気を予防する、歯を強くする、胃腸の負担を軽減する、食べ過ぎを防ぐなど、体にいいことがたくさんあります。歯ごたえのあるものを選ぶ、ゆっくり噛むなど、食事の工夫をしてみるのも大切です。