ルンルンつうしん 11月号

令和8年11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

＊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、いつでもご利用いただける居場所です。どうぞお気軽にお越しくださいね！

秋らしくなってきましたが、過ごしやすい季節は短くてあっという間に寒い冬がやって来そうです。今年も夏服を長く着ていて薄手の長袖を着ている時期が短いような気がします。朝晩はかなり寒くなってきて、お天気の良い日中は気持ちもよく暑いくらいなので、お外で遊んだり、お散歩や秋の虫を探したり、紅葉を見に出かけたりして、秋を満喫したいですね。

☆子どものおやつ☆

～かぼちゃの丸いお団子さん～

＜材料＞20～25個
団子粉……200ｇ
かぼちゃ……200ｇ　水…約1カップ
あんこ、きな粉、醤油など……適宜
＜作り方＞
1 かぼちゃは 2 ㎝暑さくらいの薄切りにする。
2 フライパンにかぼちゃと大さじ2～3杯の水を入れ、ふたをして火にかける。沸騰したらごく弱火にして蒸しゆでにする。
3 かぼちゃがやわらかくなったら、ふたをずらして水を捨て、フォークでつぶし、団子粉と混ぜ合わせる。
4 3に分量の水を少しずつ加えてこね、程よいかたさになったら、食べやすい大きさに丸める。
5 たっぷりの湯で4をゆでる。浮き上がってできあがり。すきなものをのせてね。

ハーバリュウム教室

11月11日（水）10時～

ハートか星の形の瓶を使って、マイハーバリュウムを作ります。◎要予約 材料費700円

給食試食会

11月26日（木）11時半～

保育園の給食体験ができる試食会を行います。◎要予約5名 参加費大人300円　幼児と離乳食250円（1日3回食で9ヶ月カミカミ食以降のお子さん）

ヒーリングデー

11月24日（火）10時～

- まどかママ『ハンドケア＆ジェルネイル』ハンドケア体験500円爪を綺麗に整えてピカピカに！ジェルネイル体験5,000円手又は足の爪をキラキラフラッシュジェル20色から選んで可愛く！予約時にオフの有無をお知らせください。
- 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。爪のケアもできます。お子さんも塗ると喜んでいます。◎要予約500円

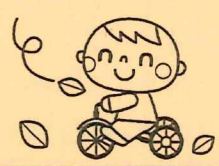
♡子育てをサポート♡

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」

11月17日（火）
『クリスマス撮影会』
素敵なドレスを着たり、サンタになったりして撮影！
＊参加費1500円/10枚納品
レンタル衣装あり500円
80～100㎝サンタ衣装
90～100㎝クリスマスドレス
（サンタ帽子は、無料レンタル）
◎予約　☆9時半～1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

《11月のルンルンカレンダー》

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 ゆったりで～♡	3日　文化の日 お休み	4日 マイイルベビー&マタニティーママテー」 **（赤ちゃんの玩具つくり）** もうちゃんサロンさん絵本と歌	5日　絵本といっしょ （ちまちどんどんさん）11時 焼き芋パーティー ◎要予約 10時半頃	6日　ルンルン体験 みんなのひろば （ちょこっと運動会） ◎要予約 10時～	7日 「ルンルンマーケット」 9時半～14時
9日 10時現地集合 黒井山みかん狩り ◎要予約 12組まで 3歳から1,000円、大人1,500円	10日 あやママの 「皆で楽しもうね」 ◎要予約 10時半～	11日 みゆママの 「ハーバリュウム教室」	12日 おもちゃの病院 歌あそび うたの先生たちの絵本や歌を聴こうね 11時～	13日 ルンルン体験 七五三お祝い会 ◎要予約 10時半～ 千手山 遍明院にて	14日 園庭開放
16日 おおきくなったかな ～0歳から6歳さんの身体計測	17日 りなママの「月齢フォト」	18日 ゆったりで～♡	19日 ひろこママの 「親子でEnglish」 ◎要予約 10時半～	20日 ルンルン体験 11月誕生日会 ◎要予約 10時～	21日 園庭開放
23日 勤労感謝の日 お休み	24日 ヒーリングデー 「不登校経験や発達障害のある子どもを持つ親のひろば」 どなたでも自由に参加できます	25日 赤ちゃん講座1 ◎要予約 10時～	26日 ゆったりで～♡ 給食試食会	27日 ルンルン体験 ゆったりで～♡	28日 園庭開放
30日 ママのひろば （非認知能力、認知能力って）					

ドングリシェーカー（0歳児）

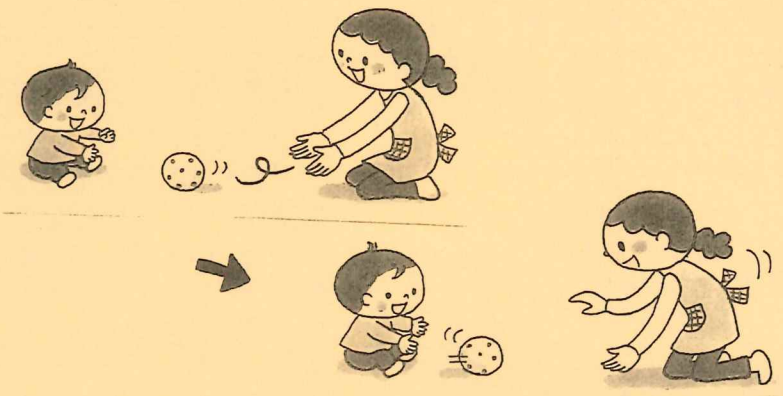
準備物　ドングリ、ガチャポンのカプセル、ゴムひも

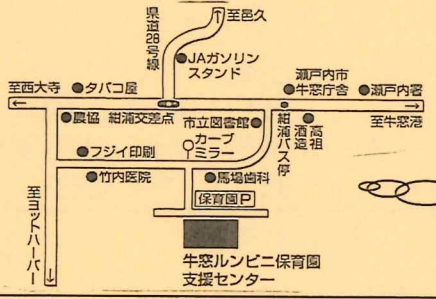
・カプセルの穴をあけてゴムひもを通し、ドングルを入れる。カプセルのゴムひもを手首や足首に付け、体を動かして「ガチャガチャ」と音が出るのを楽しみます。

ころころり～ん（0歳児）

準備物　ゴム製のボール

・足を開いて座っている子どもにボールを転がします。子どもが押し返したボールを取りに行き、繰り返し遊びます。





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>

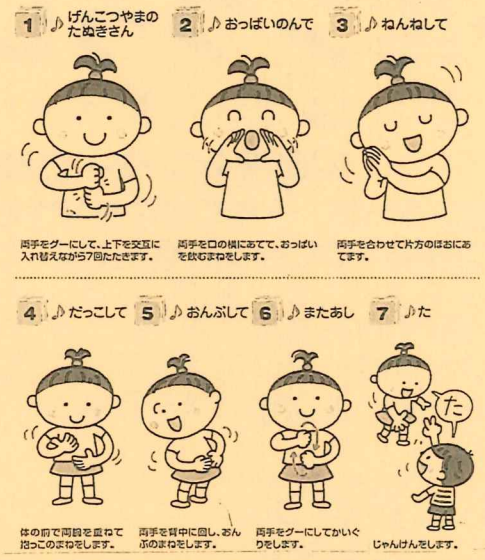
・ルンルン保育体験は、毎週金曜日午前中に保育園の生活を体験する日です。<利用料は 1,000 円>

☆上記いずれか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、℡34－2309 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あります。
友だち募集中！
♡予約はラインや電話で♡

♫げんこつやまのたぬきさん♪



おおきくなったかな！

11月16日（月）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♡

いい歯の日

１１月８日は語呂合わせで「いい歯の日」です。「いつまでも美味しく、そして、楽しく食事をとるために、口の中の健康を保っていただきたい」という願いから定められました。80 歳になっても自分の歯を 20 本以上保つことを目的とした「8020 運動」も意識したいですね。ゆっくり丁寧に歯をみがきましょう。

歯ブラシをチェック！

毎日使っている歯ブラシ、毛先が広がっていませんか？広がっていると、汚れを十分に落とせなかったり、歯ブラシで歯や歯茎を痛めたりします。また、歯ブラシは長期間使い続けると、雑菌が繁殖しやすくなります。１ヶ月に一度は歯ブラシを点検して、必要があれば取り替え、気持ち良く歯磨きしたいですね。

文化の日

１１月３日は国民の祝日「文化の日」です。「自由と平和を愛し、文化をすすめる」ことを趣旨として制定されました。絵や音楽、生活に必要な物、身の回りにある物に注目してみましょう。また、博物館や美術館など、いろいろな日本の文化に触れてみるのもいいですね。