



# シーガルだより

生まれる前から、そして生まれてからも  
一緒に子育てをかんがえましょう

## 令和5年度1月号

これからは寒い冬の到来ですね。気候の変化で体調を崩しやすくなっていませんか？手洗いうがいをしっかりと  
おこない、風邪やインフルエンザなどの感染予防に努めて  
いきましょう。感染予防と共に食事や睡眠もしっかりと取  
り、ウィルスに負けない体を作り、元気に過ごしましょう。

### 【 離乳食講座をおこないました 】

11月のチャイルドケアでは、保育園の栄養士と一緒に離乳食の進め方講座をおこないました。参加者の方達に参加のきっかけを聞くと「食材の大きさがよくわからない」「次の期へはどう移行させたらいいか戸惑っている」などの声がありました。離乳食を参加者の皆さんに1~2口程度試食をしてもらい離乳食の紹介をすると、味付けや食材の固さなどとても参考になったと感想が多くありました。また、「レパートリーに困っている」という声も聞かれ、食材は同じでもトマト味、中華味、和風などと調味料を変えろというアレンジを栄養士さんにアドバイスしてもらい、ちょっとした工夫も参考になったようでした。

シーガルでは、離乳食の試食会として赤ちゃん給食会を設けていますので、



参加者の感想

見たり聞いたりするだけでなく、実際に試食が出来た事がわかりやすかったです。

手作りは大変とっていたが、冷凍保存やレンジを活用していこうと思いました。

### イベント

#### 【 節分工作 】

2月には節分がありますね。節分に向け、なかよし広場の中で豆入れ工作を行います。のりとハサミを持って遊びに来てください。また、なかよし広場の中に鬼退治ごっこが楽しめる的当てコーナーも設けますので、鬼退治あそびにも来てください。

<工作日> 1月22日(月)~26日(金)



去年の様子



### イベント

#### 【 パパサロン開催 】

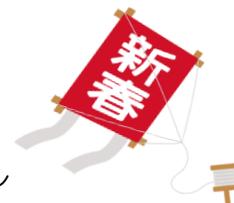
今回のパパサロンでは、親子で凧作り工作をおこないます。子どもが描いた絵を凧にして、作った凧で凧あげ遊びも楽しみたいと思っています。寒さで家の中にこもりがちになる季節ですが、戸外遊びは副交感神経を活性化させ、心身の健康に良いと言われています。寒さに負けず、親子でたくさん体を動かし遊びましょう。

<日時>

1月20日(土)

10:00~11:30

※見本は、1月よりなかよし広場の中に飾ります。



### 【 リサイクル会を終えて 】

リサイクル会を終えて多くの方から「お古をもらえて助かります」「次回は、うちが寄付します」などの声がありました。今回は、60~70サイズの小さい服の寄付が多く、第二子・第三子の妊婦ママがお古を持って帰る姿が多くありました。服を捨てるのがもったいないというだけでなく、寄付が次の赤ちゃん親子につながっていくのだなと感じられる一時となりました。

たくさんの方にご協力をして頂きありがとうございました。来年度にもリサイクル会を予定していますので、楽しみにしててください。



# 1月

シーガルこどもセンター 市川市幸 2-8-17 TEL 047-396-2252

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
	年始お休み		なかよし広場	なかよし広場	休
8 成人の日	9 なかよし広場 園庭開放 赤ちゃん広場	10 なかよし広場 ハッピーマタニティ	11 サークル広場 なかよし広場 (広場 12時~17時)	12 なかよし広場 給食会	13 休
15 なかよし広場 すくすく広場	16 なかよし広場 園庭開放	17 マミークラブ (広場お休み)	18 なかよし広場 園庭開放 赤ちゃん広場	19 なかよし広場 赤ちゃん給食会	20 パパサロン なかよし広場
22 なかよし広場 給食会	23 サークル広場 なかよし広場 (広場 12時~17時)	24 チャイルドケア (広場 12時から)	25 なかよし広場 双子・三つ子集まれ 園庭開放	26 なかよし広場 赤ちゃん広場	27 休
29 なかよし広場 赤ちゃん給食会	30 なかよし広場 園庭開放	31 なかよし広場			

## <なかよし広場>

- お部屋の開放です。  
年齢の指定はありません。  
10:00~15:00
- お昼を持参し食べられるランチ  
タイムは、12:00~13:00

## <園庭開放>

- 保育園の園庭で遊べます。  
毎週火・木曜日 11:30~12:30

## <双子三つ子集まれ>

- 双子や三つ子をもつ方の優先日となります。  
多胎児親子との交流の場に活用して下さい。

## <すくすく広場>

- 発達に課題をもつ親子の優先日になります。  
気兼ねなく遊びを楽しんだり、  
情報交換の場として活用下さい。

## <赤ちゃん広場>

- 0歳児限定の利用時間になります。  
13:30~15:00



## ~ 身体測定日 ~

9日(火)~12日(金)  
広場利用時に測定ができます。  
測定を希望の方は、担当者に  
声を掛けて下さい



### ハッピーマタニティ

10日(水)  
13:30~15:00  
「沐浴体験」  
※予約は、12/13から

### 給食会

12日(金)  
22日(月)  
4組  
普通食の試食になります。  
離乳食の試食になります。  
<試食費> 子ども300円・大人400円  
※予約は、2週間前から受け付けます。

### 赤ちゃん給食会

19日(金)  
29日(月)  
4組

### チャイルドケア

24日(水)  
10:00~11:30  
「メディアの影響について」  
※予約は、1/10から

### マミークラブ

17日(水)  
10:00~12:00(受付9:50)  
※予約は、1月4日から

### サークル広場

サークル活動に加入している方の活動日です。

#### <活動日>

11日(木)・23日(火)  
10:00~12:00

## <利用時のお願い>

- 発熱、咳、鼻水、下痢、おう吐等の風邪症状がある場合は利用をお控えください。
- 入室時に検温をお願いいたします。
- 受付表の記入をお願いいたします。
- 口に入れてしまった玩具は、消毒ボックスに入れて下さい。
- 駐車場を利用の際は、駐車カードをフロントガラスの見える所に置いて下さい。  
使用は2台までとなります。