



愛らんど 10月 ウェルシティ



ウェルカム通信No.87

2022年9月末日発行

横須賀市地域子育て支援拠点

愛らんどウェルシティ

横須賀市西逸見町1-38-11

ウェルシティ市民プラザ 3階

TEL・FAX 046-821-1820

【利用時間】

平日：午前9時～午後4時

【休業日】

土・日曜日 祝日 年末年始

涼しい秋風に、高く澄んだ空。大きく深呼吸したくなるような、気持ちの良い季節ですね。木々の葉の色が変わり始め、キンモクセイが咲き、少しずつ季節の変化を感じられるようになってきました♪

秋は美味しい食べ物がたくさん収穫できる季節でもありますね☆おいしそうなサツマイモを使って、焼きイモ、ふかしイモ、バター焼き、天ぷら、スイートポテトなど…♡また、キノコがおいしい季節。キノコは種類がたくさんありますが、どれも食物繊維やビタミンB類・D類、ミネラルが豊富で、焼いても炒めても煮ても美味しいですね♡



10月の予定



日	月	火	水	木	金	土
			1 栄養相談 (AM)	2 栄養相談 (PM)	3 ランチスペース	4
5	6	7 栄養相談 (PM)	8 保健師相談 (AM) 栄養相談 (PM)	9	10 手作りおもちゃの会	11
12	13	14 ランチスペース	15 脳育リトミック 栄養相談 (AM)	16	17 おはなし会	18
19	20 ミニコンサート 栄養相談 (AM)	21	22 ランチスペース	23 ねんねアート	24 ねんねアート	25
26	27	28	29 誕生日会 栄養相談 (AM)	30	31 栄養相談 (AM)	

*栄養・食事相談…カレンダーに記載の日程で愛らんど内に管理栄養士がいます。お気軽にお声掛けください。

※(AM)は9:00～12:00or13:00、(PM)は12:00or13:00～16:00

*脳育リトミック…10/15 10:30～

※予約は不要です。広場にお越し下さい。

*手づくりおもちゃの会…10/10 10:30～12:00

※手づくりおもちゃの会の方が丁寧に教えてくださいます。予約不要ですので広場にお越しください。

*おはなし会…にっこりおはなし会のみなさまがいらっしゃいます。

*10月イベント…ねんねアートハロウィン🎃23日(木)、24日(金)

※ハロウィンアートに囲まれてハイポーズ♪～ご予約制～来所かお電話でご予約下さい。

*保健師相談…10/3 (AM) 愛らんど内に保健師がいます。お気軽にお声掛けください。

*ベビーちゃんからのミニコンサート…10/20 10:30～11:10 予約不要でご参加いただけます。

*誕生日会…10月のお誕生日のお友達集まれ♪

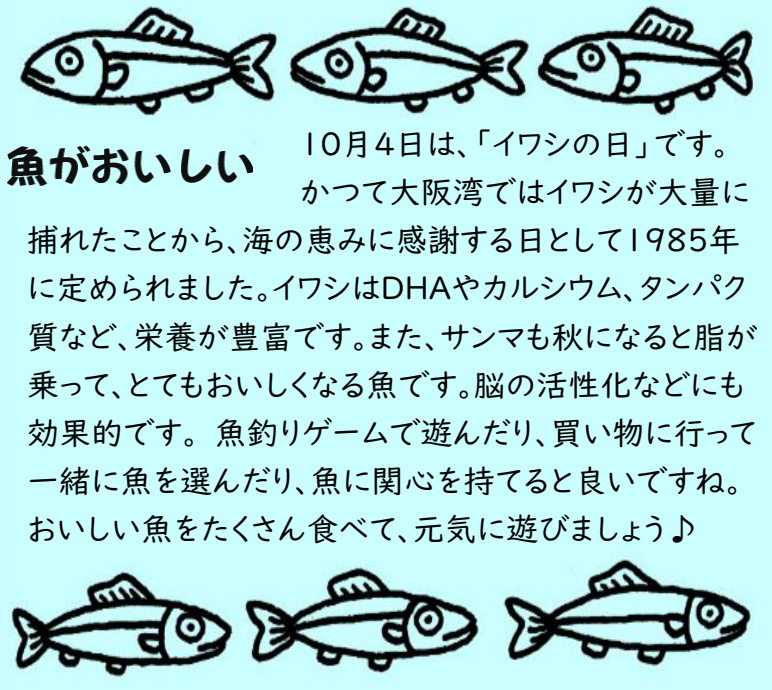
※9月生まれのお友達も一緒にできます。該当児は10時頃お越しください。

*プラレールの日…10日(金)、21日(火)、30日(木)、プラレールで遊びましょう♪



☆成長&発達《10～11ヵ月》

つかまり立ちが安定してくると伝い歩きを開始します。はいはいで障害物を乗り越えたり、階段を上ったりもします。指先も器用さを増し、こまかいものでもつまめるようになります。好奇心がさらに旺盛になり引き出しや棚など開けてはいたずらするので引き出しにはストッパーを取りつけたり、危ない場所に近づかないようにガードを設置したり安全対策が必要になってきますね。また、「パパ」「ママ」など簡単な言葉ならおしゃべりする子もいます。赤ちゃんが何に興味あるのかをよく観察し、しぐさや表情から伝えたいことを察してあげましょう♪



魚がおいしい

10月4日は、「イワシの日」です。

かつて大阪湾ではイワシが大量に捕れたことから、海の恵みに感謝する日として1985年に定められました。イワシはDHAやカルシウム、タンパク質など、栄養が豊富です。また、サンマも秋になると脂が乗って、とてもおいしくなる魚です。脳の活性化などにも効果的です。魚釣りゲームで遊んだり、買い物に行って一緒に魚を選んだり、魚に関心を持てると良いですね。おいしい魚をたくさん食べて、元気に遊びましょう♪



1人で悩んでいませんか？

愛らんどウェルシティには、子育て支援員・子育てコンシェルジュ・保育士・管理栄養士・保健師などの資格を持ったスタッフがいます。来所では言えない悩みや顔を知られたくない、ただ話を聞いてほしい。そんな皆さんに気軽にご相談いただけるように相談メールがあります。平日の愛らんど開所時間での対応になりますが、どんなことでも構いませんので一人で悩まずお話しください。秘密は必ず守ります。

愛らんどウェルシティ

ailandwellcity0046@bz04.plala.or.jp

たのしい手あそび♪さかながはねて♪

♪さかながはねて ぴよーん あたまにくっついた ぼうし
さかながはねて ぴよーん おめめにくっついた めがね
さかながはねて ぴよーん おくちにくっついた マスク
さかながはねて ぴよーん おててにくっついた てぶくろ



愛らんどウェルシティからのお願い

- ・広場内での携帯電話等の使用は控えていただけますよう、ご理解の程、よろしくお願いします。（写真撮影はできますが、他のお子様が写らないようにご配慮をお願いします。）
- ・忘れ物は電話でお問い合わせください。

