

こども〜る高座渋谷だより 11月 No.71



日時 火・水・金曜日 ①9:30~10:30②11:00~12:00③12:30~13:30
 祝日①9:20~10:10②10:30~11:20③11:40~12:30④12:50~13:40

定員各回18名まで
 定員各回6名まで

0.1.2歳
 対象



場所 イオン大和店3階 モーリーファンタジー内
運営 特定非営利活動法人 ワークス・コレクティブ チャイルドケア

こども〜る高座渋谷は3歳未満
 の乳幼児とその親（保護者）が対象です。

<https://childcare-yamato.jp/>

カウンセラーによる個別相談受付
 イベント等に関する問い合わせ
連絡先:080-6561-4958
 * 個別相談受付は受付のみになります



こども〜るには2人の子育てアドバイザー
 があります。身長体重測定・子育て情報提供・育
 児に関する相談ができます。赤ちゃんを遊ば
 せながら、お話ししましょう。お気軽にお声かけ
 下さい。

☆11月の予定表☆

月	火	水	木	金
1	2 🍴 9:30~12:00 歯科教室 11:00~12:00	3 文化の日 わいわいばーく合同利用	4	5 助産師さんの日 9:30~10:30
8	9 親と子の タッチプログラム 12:30~13:00	10 🍴 9:30~12:00 保育士さんの日 12:30~13:30	11	12
15	16 カウンセラーの日 9:30~/11:00~ ※二組予約優先です	17 体もこころも スッキリ個別相談 11:00~12:00	18	19 🍴 9:30~13:30 えほんの会 11:00~11:20
22	23 勤労感謝の日 わいわいばーく合同利用	24 保育士さんの日 12:30~13:30	25	26 🍴 9:30~12:00
29	30	◇月・木・土・日はお休みです。 🍴 印の日には保育士が、 🍴 印の日には管理栄養士がいます。		

※予定は変更(中止)に
 なることもあります。

歯科教室

11月2日(火)
11:00~12:00
歯科衛生士さんが、歯磨きの指導の仕方や気をつける食べ物などについて話してくれます。
個別相談の時間もありますよ!

助産師さんの日

11月5日(金)
9:30~10:30
助産師さんが、母乳や卒乳に関する疑問、質問から育児全般に関して個別に相談にのってくれます。日頃のちょっとした気になる事などお話してみましょ。

親と子のタッチ

プログラム
11月9日(火)
12:30~13:00
自然な母と子のコミュニケーションの中で、お子さんの育児場面に合った身体接触(タッチ)を理解して、親子の愛着を育み、より良い育児方法を学ぶプログラムです。

保育士さんの日

11月10日(水)
11月24日(水)
12:30~13:30
福田保育園の保育士さんが、育児について個別に相談にのってくれます。

**どんなことでも
お気軽に**

ご相談ください(^^♪



カウンセラーの日

11月16日(火)
9:30~11:00~
今月も二組予約優先です。

臨床心理士さんが家族や子育ての相談にのってくれます。女性の心理士さんが話を聞いてくれると好評です。

体もこころも

スッキリ個別相談
11月17日(水)
11:00~12:00
抱っこやおんぶで腕や腰が痛むあなた! 病院のリハビリテーション科の先生が、骨盤や体の歪みを治すなどの個別相談にのってくれます! 予防の方も大歓迎ですよ。

えほんの会

11月19日(金)
11:00~11:20
乳幼児を対象とした楽しい絵本の読み聞かせの時間です。大和絵本の会ソレイユさんが楽しい絵本を紹介してくれます。

~かんたんおにぎりレシピ~



『チーズ入りゆかりおにぎり』

材料(6個分) 米 1合
ゆかり 小さじ 1
プロセスチーズ 30g (エネルギー1個分 112kcal)

- ① 米をといで炊く。
- ② プロセスチーズは5mmの角切りにする。
- ③ ご飯に②のチーズとゆかりを混ぜる。
- ④ ③を6個のおにぎりにする。

ゆかりのかわりに青のりやちりめんじゃこを入れてもおいしいですよ!



ママ、パパも一緒に食べられるかんたんおにぎりレシピです。おにぎりを持って散歩や公園に行くと秋のピクニックも楽しいですね。細長い形のおにぎりにしても持って食べやすいですよ!

~栄養士みつわ会より~

ご利用上のお願い

◆体調不良の時は、ご利用をお控えください。

- ・2週間以内に、利用される方とご家族に、平熱より高めや37.5℃以上の熱、咳・くしゃみ・鼻水などの風邪症状、強いだるさ、味覚、嗅覚の異常の症状がある場合は、ご利用をお控えください。

◆受付票の記入

- ・利用される方の氏名、住所、連絡のできる電話番号、体温のご記入をお願いします。
- ・保護者の方は、原則1名でお願いします。
- ・定員がいっぱいの時は、順番待ちリストにご記入して頂きます。
- ・時間帯により、順番待ちリスト記入をお待ちいただく場合がございます。ご了承ください。

◆手指の消毒

- ・消毒用アルコールは用意しています。各自、手洗いをお願いします。

◆マスクの着用

- ・お子様については、可能であればマスクの着用をお願いします。