



名寄市地域子育て支援センターひまわりらんど ☎ 2 - 5 6 8 3

色とりどりの落ち葉や木の実が落ちているのを見かけ秋の深まりを感じています。暖かくして木の実を探すお散歩も楽しいですね。初雪の便りも届き本格的な冬もすぐそこです。インフルエンザやノロウイルスといった感染症も流行しやすい季節です。加湿と換気をしながら、体調管理には十分気をつけていきましょう。今月もたくさんの方の来館をお待ちしています。



《 11月の予定 》



月	火	水	木	金	土
					1
					休館日
3	4	5	6	7	8
休館日				〈親子講座〉 「幼児の食事とおやつ」 14:00～15:00	模擬保育室で遊ぶ 10:00～11:30
10	11	12	13	14	15
身体測定	身体測定 	〈親子講座〉 「わくわくミュージック」 10:15～11:15	〈親子講座〉 「入園・入所について」 10:00～11:30 		休館日
17	18	19	20	21	22
	〈親子講座〉 「子どもに伝えたい性のお話」 10:30～11:30	文化センターで遊ぶ 10:00～11:30			休館日
24	25	26	27	28	29
休館日		わらべうた			休館日

〈お知らせ・お願い〉

- ★今月も  このマークの日は実習生が来館する予定です。(午前)
- ★お問い合わせや講座の申し込みは平日の8:30～17:00の間で対応しています。お気軽にお電話ください。
- ★体調がすぐれない場合や他の利用者に感染する可能性がある場合は、ひまわりらんどの利用は控えていただきますようお願いいたします。体調不良でこども園等に登園できない場合も同様です。
- ★北海道音楽教育の会の高井由子先生が26日(水)の11:00～12:00で来館しわらべうたを教えてください。わらべうたのリズムや言葉の響きを一緒に楽しみましょう。ベビー、ホールどちらでも行います。

≪ 11月の行事内容 ≫



「幼児の食事とおやつ」

幼児期に必要な食事の量やおやつについて
学びましょう

講師：認定こども園・市立保育所
管理栄養士 和田 祐佳

日時：11月7日(金)

14:00～15:00

場所：ひまわりらんど

★定員15組 利用日の前日までに予約をお願いします。

「わくわくミュージック」

親子で音楽で遊びましょう

講師：名寄教育カウンセリングを学ぶ会
上田 明美 氏

日時：11月12日(水)

10:15～11:15(開場10:00)

場所：文化センター多目的ホール

★定員30組 利用日の前日までに予約をお願いします。

★親子とも上靴を持参してください。

「模擬保育室で遊ぼう」

模擬保育室のおもちゃで遊びましょう

日時：11月8日(土)

10:00～11:30

場所：名寄市立大学「模擬保育室」

★定員18組 利用日の前日までに予約をお願いします。

★当日予約に余裕がある場合はご利用いただけます。

★12月の受付：11月25日(火)からです

「入園・入所について」

令和8年度の認定こども園・幼稚園・
保育所についてお話しします

講師：利用者支援専門員 奥村 澄子

日時：11月13日(木)

10:00～11:30

場所：ひまわりらんど

★定員15組 利用前日までに予約をお願いします。

「身体測定」 身長・体重を測り

手形や足形を押しましょう

日時：11月10日(月)・11日(火)

受付時間：9:00～11:00

13:30～15:00

場所：ひまわりらんど

★事前申し込み不要です。希望する方は
当日「身体測定受付表」にご記入下さい。

「子どもに伝えたい性のお話」

お子さまに伝えたい性教育、生命の誕生の
素晴らしさについて学びましょう

講師：助産師 吉田 征子 氏

日時：11月18日(火)

10:30～11:30

場所：ひまわりらんど

★定員15組 利用前日までに予約をお願いします。

お子さまにお誕生日カードを
プレゼントしています。お子さ
まの写真・手形を取らせていた
だき、身長、体重を測ってカー
ドをお渡ししています。希望さ
れる方は職員までお知らせ下さい



「文化センターで遊ぼう」

車やカラーリングで遊びましょう

日時：11月19日(水)

10:00～11:30

場所：文化センター 多目的ホール

★利用日の前日までに予約をお願いします。

★親子とも上靴を持参してください。

ひまわりらんど内でのお子さんの撮影にお
いて、他のお子さんが映り込むことがない
よう十分ご配慮ください。撮影は自分のお
子さんのみでお願いします。

《12月の行事内容》



○「もちつき体験コーナー」 12月4日(木) 受付時間10:00~11:00

★時間内に受付をお願いします。

★もちつきの体験のみになります。丸めたり、食べたりはしません。



○「文化センターで遊ぼう」 12月3日・24日(水)10:00~11:30 文化センター

★11月19日(水)~申し込み開始

○「身体測定」 12月11日(木)・12日(金)

○「模擬保育室で遊ぼう」 12月13日(土)10:00~11:30

★定員18組 11月25日(火)~申し込み開始

○「少し気持ちが楽になる” いい加減” の子育て」12月9日(火)10:30~11:30

★定員15組 11月17日(月)~申し込み開始

○「きらきらママ」 12月10日(水)10:30~11:00

★定員15組 11月25日(火)~申し込み開始



バルーンの
作品です

○「ベビーキッズクラフト」クリスマス製作12月17日(水)~19日(金)

★定員50人 12月1日(月)~申し込み開始



○「風船で遊ぼう」12月23日(火) 10:30~11:15 福祉センター多目的ホール

★定員15組 申し込み期間12月1日(月)~16日(火)

◆◆新しい絵本◆◆



ひまわりらんどでは絵本の貸し出しをしています。1人7冊まで2週間借りることができます。親子のふれあいの時間にぜひどうぞ。*返却し忘れの絵本がないかご確認をお願いします。

〈ことばとイメージの共有〉

絵本を読んでもらうことは子どもにとって楽しい時間です。まだ、言葉での説明がうまくない子どもも、絵があることで話をイメージしやすく、読み手と聞き手が同じ絵本の世界を共有することができます。何かを共有しあうということは、人と人とを結びつける最も基本的なことと言えますね。また、こども園や保育所でも友達と遊ぶようになると、イメージを共有して遊ぶ姿が見られるようになります。ごっこ遊びもその一つです。「この子は今、あの絵本のあの場面をなぞっているのかもしれない」と大人が気づいた時に世界が広がりやり取りがさらに楽しいものになるかもしれませんね。

≪講座の様子と参加者の声≫

やってみようと意欲がわきました!
ありがとうございました!!

来週から始めようと思っていたので、聞いて実際に食べることができて良かったです！
調理が楽しみになりました。

実際の形状を見ることができ目
安にしていこうと思います。

離乳食のお話



文化センターで
遊ぼう



人形劇鑑賞



ネット・スマホがある時代の子育て

「うまく取り入れる」ことを考えながら将来のこともたちのために自分自身が使いこなせるようになりたいな～と思いました。

とてもおもしろい講座でした

自分のオリジナルソングが作れるとは思わなかったです。

家でも音楽や絵本作ってみたいです。こどもの鼻歌を録音したいです。



インフルエンザのはなし

インフルエンザにり患したという話をちらほら耳にするようになってきました。まだ、流行というほどではありませんが、今後間違いなく流行っていくと思われます。各病院でワクチン接種も始まっています。ワクチン接種や手洗い、うがいの励行で予防、重症化を防ぎましょう。

インフルエンザかも？と思ったら

①受診しましょう

39度を超えるような高い熱、頭痛、関節痛や筋肉の痛みなどが出ます。発症直後では正しい結果が出ないことがあります。お医者さんには「いつからどんな症状が出たか」「身近に同じ症状の人がいないか」なども詳しく伝えましょう。

②しっかり治しましょう

インフルエンザの薬は、ウイルスが増えるのを防ぎますが、ウイルスをやっつけることはできません。症状が治まり元気になるまでしっかり休みましょう。



③ひまわりらんどに来るまでには

- ・熱が出てから5日たっていること
(熱が出た日は0日です)
 - ・熱が下がってから3日たっていること
- この両方を満たしていることが必要です。
体調不良で、こども園等に行けない場合はひまわりらんどにも来ることはできません。

発症からの日数と、解熱からの日数がそろわない場合は両方の基準を満たすまでお休みとなります。2つのパターンを例として挙げます。

発症	1 日 目	2 日 目	3 日 目	4 日 目	5 日 目	来館
	解熱 日 目	1 日 目	2 日 目	3 日 目		

発症	1 日 目	2 日 目	3 日 目	4 日 目	5 日 目	6 日 目	7 日 目	来館
	発熱			解熱	1 日 目	2 日 目	3 日 目	