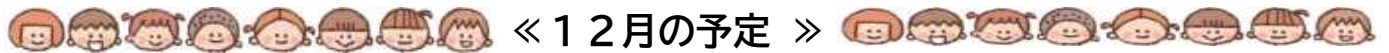


ひまわりらんどだより 令和7年12月号

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

今年のカレンダーも最後の1枚になり、子どもたちの大好きなクリスマスがやってきます。大人はあわただしくなりますが、子どもたちの生活リズムを乱すことがないように気を付けていきましょう。市内の学校でもインフルエンザによる閉鎖がありました。まだまだこれからも油断はできません。感染症には十分留意しながら、家族そろって楽しく過ごしてくださいね。今月もたくさんの方の来館をお待ちしています。



＜ 12月の予定 ＞

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
		文化センターで遊ぼう 10:00～11:30	〈親子講座〉 「もちつき体験」 受付時間10:00～11:00		休館日
8	9	10	11	12	13
	〈親子講座〉 「少し気持ちが楽になるいい加減の子育て」 10:30～11:30	〈親子講座〉 「きらきらママ」 10:30～11:00	身体測定	身体測定	模擬保育室で遊ぼう 10:00～11:30
15	16	17	18	19	20
	わらべうた	〈親子講座〉 「ベビーキッズクラフト」	〈親子講座〉 「ベビーキッズクラフト」	〈親子講座〉 「ベビーキッズクラフト」	休館日
22	23	24	25	26	27
	〈親子講座〉 「風船で遊ぼう」 10:30～11:15	文化センターで遊ぼう 10:00～11:30		わらべうた	休館日
29	30	31			
休館日	休館日	休館日			

〈お知らせ・お願い〉★12/29～1/3までは年末年始のため休館になります。

★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16日（火）・26日（金）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。

≪ 12月の行事内容 ≫

「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：12月3日・24日(水)

10:00～11:30

場所：文化センター 多目的ホール

★予約をお願いします。

★親子とも上靴を持参してください。

「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：12月11日(木)・12日(金)

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。

「もちつき体験」

臼と杵でおもちつき体験をしてみませんか

日時：12月4日(木)

受付時間10:00～11:00

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「受付表」にご記入下さい。

★おもちをつく体験のみとなります。丸め
たり、食べたりはしません。

「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：12月13日(土)

10:00～11:30

場所：市立大学3号館「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
けます。当日キャンセルは連絡不要です。

★1月の受付：1月5日(月)から

「少し気持ちが楽になる” いい加減” の子育て」

ちょっと肩の力を抜いて、” いい加減” の
子育てを一緒に考えましょう

講師：市立大学社会保育学科

傳馬 淳一郎

日時：12月9日(火)

10:30～11:30

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。

「ベビーキッズクラフト」

親子でクリスマスの制作をしましょう

日時：12月17日(水)～19日(金)

9:00～11:30 13:30～15:30

場所：ひまわりらんど

★定員50人 利用前日までに予約を
お願いします。

「きらきらママ」

保護者同士の交流を深めませんか？

“ホッとする時間” をテーマにお話ししたり
ゲームなどで交流しましょう

講師：名寄教育カウンセリングを学ぶ会

上田 明美 氏

日時：12月10日(水)10:30～11:00

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。

「風船で遊ぼう」

親子でバルーンアートを楽しみましょう

講師：バルーンアーティスト

川口 昭子 氏

日時：12月23日(火)

10:30～11:15(開場10:15)

場所：総合福祉センター

多目的ホール

★定員15組 利用日の前日までに予約を
お願いします。

作品のテーマ
はクリスマス
です

《 1月の行事内容 》



- 「身体測定」 1月8日(木)・9日(金)
- 「模擬保育室で遊ぼう」 1月10日(土)10:00~11:30
 - ★定員18組 1月5日(月)~申し込み開始
- 「文化センターで遊ぼう」 1月14日(水)10:00~11:30 文化センター
 - ★12月24日(水)~申し込み開始
- 「ベビーキッズクラフト」節分制作 1月19日(月)~21日(水)
 - ★定員50人 1月5日(月)~申し込み開始
- 「雪遊び会」 1月24日(土)10:15~11:00
 - ★定員16組 12月22日(月)~1月15日(木)の期間に申し込み
- 「運動遊び」1月28日(水)10:30~11:30 文化センター
 - ★定員20組 1月5日(月)~申し込み開始



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に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。

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。



◇◆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。保護者向けの書籍も入りました。大人向けは1人2冊までです。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。

〈絵本を通しての言語体験〉

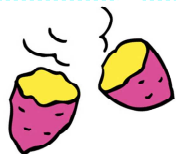
子どもたちを取り巻く言語環境は量的には豊かで、話し相手がいなくてもテレビやスマホから声や音が流れて来ます。でもそれは、一方的であり機械の音に過ぎません。幼児期には”生の声”をたくさん聞いてほしいです。たとえ上手になくてもお父さん、お母さんの声で絵本を読んでもらうことを子どもは喜びます。また、優れた作家の手による文章の中にある日本語の美しさや表現の豊かさは、幼児の言語感覚に自然に働きかけ、それを豊かにしていきます。言葉の音やリズムを楽しんだり、日本語のおもしろさに気づかせてくれる作品に出会うことで、子どもたちは絵本を通じて、たくさんの語彙を獲得していくことでしょう。

《講座の様子と参加者の声》

幼児の食事とおやつ

食事やおやつの量がわかりよかったです。献立表も参考になりました。

ごはんの硬さやおみそ汁の味見などができて参考になりました。おやつ＝お菓子ではなくおにぎりやチーズさつまいもなどを食べさせてカロリー摂取できるようにしてみます！



入園・入所について



複数の園の特徴がよく分かり比較しやすいかったです。

資料に詳細が記載されていて助かりました。

来年度から年少として入園するので詳しくお話を聞くことができて良かったです。昨年も参加させて頂いてプレに通えたおかげで子供も安心して通えそうです。

こども園「あいあい」で人気のおやつ「麩のラスク」のレシピです。簡単でとてもおいしいのでぜひ作ってみてください。
 <材料1人分> 甘くてカリカリ～
 ・焼きふ (2g)・三温糖 (2.4g)
 ・バター (3.7g)
 ①フライパンにバターを溶かし(弱火)、麩を入れてからめる。
 2. 麩にバターがからんだら、三温糖をまぶし火を止めたら できあがり！



麩のラスク♪



わくわくミュージック

子どもに伝えたい性のお話

「自分を大切にすること」の重要性を学んだので子どもたちにも伝えていきたいと思いました。

子供達にどのように話したらいいか悩んでいたのですが(教えすぎたら…とか思っていたので)とてもいい勉強になりました。



熱がある ときの ホームケア

Point 1

手を触って
ふとんを調節

熱があるのに手足が冷たいときは、熱がまだ上がりきっていないサイン。寒さを感じやすいのでふとんをしっかりかけて温めます。逆に、手足がポカポカしているときは、ふとんを減らして汗をかかせないようにしましょう。

Point 2

汗をかかせない、
汗を取り除く

汗をかくと体から水分が出ていくため脱水の原因にもなります。汗をかいてきたら薄着にしましょう。汗をそのままにしておくと、あせもやかゆみのもとに。熱が高く、お風呂に入る元気がないときは温かいタオルでふいてあげましょう。お風呂に入れるなら、湯冷めしないよう部屋を温めておき、ぬるめのお湯やシャワーでサッと洗ってあげましょう。



Point 3

おでこは
冷やさなくてもOK

熱があるときにおでこを冷やすと気持ちよいものですが、熱を下げる効果はそれほどありません。赤ちゃんは冷感シートやぬらしたタオルによる窒息の危険があるので、避けたほうがよいでしょう。熱を下げるには、首のわき、わきの下、足のつけ根など、太い血管の走っているところを冷やしてあげるのが効果的です。