



# いろはぽけっと通信



## 11月のイベントカレンダー

令和5年11月号

| 日                            | 月                    | 火                           | 水      | 木            | 金                              | 土  |
|------------------------------|----------------------|-----------------------------|--------|--------------|--------------------------------|--|
|                              |                      |                             | 1      | 2<br>おたのしみ   | 3<br>文化の日                      | 4<br>AM おたのしみ  |
| 5                            | 6<br>おたのしみ           | 7<br>おたのしみ                  | 8<br>★ | 9<br>おたのしみ   | 10 【就業相談】<br>わらべうた<br>PM おたのしみ | 11<br>AM おたのしみ<br>←  |
| 12                           | 13<br>おたのしみ          | 14<br>おたのしみ                 | 15     | 16<br>おたのしみ  | 17 【就業相談】<br>おたのしみ             | 18<br>AM おたのしみ   |
| 子育て用品リユース 11月11日(土)～18日(土) → |                      |                             |        |              |                                |  |
| 19                           | 20<br>助産師相談<br>おたのしみ | 21<br>AM おたのしみ<br>ふれ愛あそび(み) | 22     | 23<br>勤労感謝の日 | 24 【就業相談】<br>おたのしみ             | 25<br>避難訓練<br> |
| 26                           | 27<br>おたのしみ          | 28<br>おたのしみ                 | 29     | 30<br>おたのしみ  |                                |  |

- “おたのしみ” は 11 時と 15 時です。わらべうたや絵本の読み聞かせ、シアターなど。午前はリズムダンスもあります。
- 土曜日の午後と日曜日、イベントのある日の“おたのしみ”の時間はおやすみです。

### ★出張！子育て支援センター★ 11月8日(水) 9:30～11:45

“いろはぽけっと”が沢公民館に出張します！いろはぽけっとのおもちゃで遊べたり、子育てサークルの紹介、「おたのしみ」の時間もあるよ♪親子であそびにきてね～  
※駐車場の数が限られています。お近くの方はお散歩がてらお越しください。



### ☆子育て用品リユース☆ 11月11日(土)～18日(土)

広間ステージ上にて子育て用品のリユースを行います。

“展示希望者募集中”

展示希望の方は子育て支援センター『いろはぽけっと』に電話または直接ご予約ください。 ※展示は予約制です。



### ☆助産師さんの子育て相談☆ 11月20日(月) 9時30分～11時

『いろはぽけっと』に助産師さんがやってきて、子育ての悩みや心配ごとなど相談できます。相談は無料です。予約はいりません、開催時間内に遊びにきてください。

# 避難訓練やります！



## 11月25日(土)

時間：10時～11時  
場所：いろはぽけっと

建物から避難、消火器を使った消火訓練や、消防車もきます！  
(緊急出動要請があった場合、消防車両見学は中止です)  
土曜日初の避難訓練。パパ出番です！家族みんなで  
ご参加ください♪



## 生活習慣を見直そう！

9月に保育園入園希望調査がありました。まだまだ先だと思っていた入園も  
いよいよ近づいてきました。入園にむけて必要なものを揃えたり作ったりと  
少しずつ準備が始まったところで、生活習慣も見直してみましょう！

### ☆早寝・早起きをしよう

朝、余裕をもって支度ができる時間に起きる習慣ができるといいですね。そして  
一日の疲れをとるために早く寝ましょう。(遅くとも21時までには布団に入ろうね)

### ☆朝ご飯を食べよう！

朝ご飯を食べないと脳にエネルギーが送られずボーっとして集中できない、  
体がだるい・イライラしやすいなど良くないことがたくさん！さっと食べられる  
果物や具沢山みそ汁など工夫して少しでも朝食を食べる習慣をつけましょう。

### ☆規則正しい生活時間を心がけよう

午前睡がなくなってきたら、午前中おもいきり遊び昼食、お昼寝。  
保育園の生活に段々と近づけていけるといいですね。



### ☆トイレを経験してみよう

“排泄はトイレです”ということを知っておくという意味です。  
小さいうちから空間に慣れるといざトイレを利用する時に抵抗が減ると思います。  
また、大人が見本を見せるのも良いとおもいます。

今から意識して一つでも多くの経験を積んでおきましょう。できなくても大丈夫。  
意識すること、経験することが大事です。『〇〇できないと保育園に行けないよ』  
などのマイナスな言葉ではなく、ポジティブな声掛けをたくさんしていきましょう。

## みのわメイト

イベントや利用状況、休所など、  
支援センターに関わる情報が登録  
するだけで自動的に入手でき便利♪

子育てアプリ  
みのわっこ by 母子モ



☆アプリ登録☆  
2次元コード



☆グループ登録用☆  
2次元コード



子育て支援センターのイベント情報やお知  
らせなどが入手できます。予防接種など子  
どもの成長記録もできる母子手帳アプリ。