



# いるかひろば



いるかひろばは、0,1,2,3歳のお子さんを持つ親子のためのお部屋です。ひろばには子育て経験のあるスタッフがいつでもおりますので、初めてでも安心して気軽に遊びに来てください。ひろばの名前は原市場小学校から見える通称『イルカ山』にちなんで名付けました。  
飯能市より委託され、NPO 法人子育て応援ゆうが運営しています。

寒くなってきましたね。今年は『夏～！』という夏もなければ『秋～！』という秋もなく急に寒くなって冬になってしまった感じがしませんか？気温の変化についていけず、体調を崩した方も多いのでは？これから冬本番、寒さに加え乾燥してくる時季ですね。いるかひろばで行っている赤沢ふれあいステーションでは食育をテーマに1年活動して来ました。旬の物を食べたり、種まきや収穫も体験しました。(まだの方はぜひ赤沢へ！！)そこで、いるかひろばでは冬を乗り切る食材の一つを紹介します。それは、かぼちゃです。かぼちゃには、体内でビタミンに変化するカロチンがたっぷり含まれています。ビタミンAは、肌をツヤツヤにし動脈硬化の予防になるだけでなく、皮膚や粘膜、視力、骨や歯にも効果があるそうです。かぼちゃを食べて風邪知らず！！赤沢でもいつかカボチャを植えたいな～。

	月	火	水	木	金	土	日
					1	2	3
午前		 このマークのついている月曜・水曜の午後または12/25～27、1/4・5の午後は幼稚園児・保育園児もあそべます。			ベビーデー	×	×
午後					● (保護者会)		
	4	5	6	7	8	9	10
午前	●	●	●赤沢ふれあいステーション	●	キッズデー	×	×
午後	● 				●		
	11	12	13	14	15	16	17
午前	●えんどまめの日	●	●	●中藤かにっこひろば	子育て講座	×	×
午後	● 	(原小持久走)	● 	●	●		
	18	19	20	21	22	23	24
午前	●	●絵本のお部屋	●	●	●	×	×
午後	● 	●絵本のお部屋 	● 			(天皇誕生日)	
	25	26	27	28	29	30	31
午前	●えんどまめの日	●相談の日	●	×	×	×	×
午後	● 	●相談の日 	● 	スタッフ会議	(冬休み)		

※保護者会→12月1日の午後は原市場小学校の授業参観・懇談会があります。午後は駐車場が使えないのでご注意ください。

※冬休み→12/29～1/3まで冬休みのため閉室となります。

※持久走→12/12は原小持久走大会のため13:00まで駐車場が使えないのでご了承ください。

※●印が開室日です。予約制の講座等の時間以外は開室時間内(10:00～15:00)であればいつでもあそべます。

※ランチタイム(12:00～13:00)には、お弁当を持参すればひろばで食べることができます。

※ひろばでは緊急時に備えて貴重品・携帯電話を身につけていただくようお願いいたします。

※悪天候のため、閉室になる場合があります。HPで確認するか来室前にお問い合わせください。



12月6日(水)10:00～11:30  
場所:赤沢会館(駐車場もあります。)  
今月は『Let's enjoy お楽しみ会♪』です。赤沢地区にお住まいの方々、市内の子育て中の親子の皆さん一緒に秋を探してみましょ。事前の申込みは不要です。お待ちしております！



12月14日(木)10:00～11:30  
場所:中藤上郷自治会館(青石橋バス停そば)  
今月は『クリスマス会をしよう♪』です。小さなお子さんを持つ親子の皆さん、地域の方々、みんな一緒に楽しい時間を過ごしましょう！事前の申込みは不要です。お待ちしております！

※路面の凍結に注意してお越しください。また雪などで中止の場合、いるかひろばにて行います。ご心配な時はお電話ください

# お知らせ コーナー!



## ＜12月の子育て講座＞

12月15日(金) 10:00～12:00

『タッピングタッチで家族みんなでスキンシップ♪』

講師:タッピングタッチ協会認定インストラクター

倉掛 なつこさん

タッピングタッチとは、指先や手のひらを使って左右交互に、ゆっくり、やさしく、ていねいに、タッチしていくケアの手法です。不安やストレスを和らげて心も体もほっこりします。参加者同士でタッチし合って手法と気持ち良さを体験してみましょう♪

定員:10組 (別室保育あり)

申込み開始日:12月1日(金) 10:00より

ひろばに直接、またはお電話にて申込みください。



ご予約は本人が直接ひろばか電話にてお申込みください。

12月1日(金) 10:00～12:00

赤ちゃん和妈妈でゆったりすごしませんか? 初めてひろばを利用する方も大丈夫! 同じ年齢の子を持つ親同士情報交換などをしましょう

・11:00頃からベビーマッサージもやっています。興味のある方はぜひきてください。申込みは不要です。

ベビーマッサージを教えてくれるのは小玉育代さんです。「赤ちゃんもママもリラックスしにきませんか?」

(小玉さんより)

※計測会→身長・体重をスタッフが計測します。

対象:0歳～1歳未満

予約不要。直接ひろばにお越しください。

午後はどなたでも計測ができます。

## ＜絵本のお部屋＞

12月19日(火) 10:00～15:30

場所:いるかひろば研修室

いつもとちがう静かな雰囲気のお部屋の中、親子で絵本の世界をゆっくり楽しみましょう! 今回は「クリスマス」の絵本をテーマに展示します。絵本に関するいろいろな話をスタッフと一緒に楽しんだりおすすめの絵本を紹介しあったりしませんか! 暖かいお部屋でお待ちしています。午前と午後の最後に行う読み聞かせの時間も楽しみに!

※午後は幼稚園児・保育園児も来室可能です。

※先月のおたよりの告知日に変更があります。

ご了承ください。

## ※1月のお知らせ※

1月17日(水)はランチ付サロン。

詳しくは次号のおたよりをみてね!

## ●えほんコーナーより●



見て楽しい、音も楽しいパンの絵本を紹介します。はずむような言葉を、いろんな読み方をしてみてくださいね。

『ぼんちんぱん』

作 柿木原 政広 福音館書店

いい香りがしてきそうな、おいしそうなパンが「ぼんちんぱん!」でユーモラスなお顔が出てきます。

『ひつじぱん』

作・絵 あきやま ただし すずき出版

「絵本のおへや」の読み聞かせで登場した絵本です。ひつじのパン屋さんが「ぱんぱかぱーん!」と焼いたパンは、どんな形のパンかな?



12月8日(金) 10:00～12:00

ちょっと大きなお兄さん・お姉さん! 集まれ~! 今回のキッズデーは『お買い物ごっこ』です。みんなで品物を楽しく手作りした後、お店屋さんになったりお客さんになったりして遊びましょう♪

対象:2歳以上の未就園児と保護者

定員:8組

申込み開始日:12月1日(金) 10:00より

ひろばに直接、またはお電話にて申込みください。



12月11日(月) 11:30～ 25日(月) 11:00～

原市場小学校図書ボランティア『ほんどこ』のメンバーによるわらわらた・パネルシアター・絵本の読み聞かせなど親子で楽しみましょう。予約不要です。

## ＜相談の日＞

12月26日(火) 10:00～15:00

子育てしていて困ったことや

悩んでいることはありませんか?

スタッフに話してみませんか?

いるかひろば研修室に来て話すもよし、出てこれない方は電話でも大丈夫。ちょっとした愚痴から深い悩みまで、話すことで気持ちが整理でき、気づきがあるかも。

※子育て支援総合コーディネーターが来室します。

tel・fax:042-970-3010(いるかひろば)

## ～いるかひろば～

開室日:月～金曜日

(学校行事や月末業務で閉室日あり)

時間:10:00～15:00

ランチタイム:12:00～13:00

(お弁当を持参すれば食べられます)

場所:原市場小学校 B 棟 1階

住所:埼玉県飯能市下赤工 442-2

電話・FAX:042-970-3010 Email:iruka@hanno.jp

駐車場:体育館南側駐車場

<http://www.nikoniko.justhpbs.jp/iruka/index.html>

