



つどいの広場だより

2021年11月号



つどいの広場 秀和 大阪市鶴見区諸口6-2-7 Tel: 090-9215-1545

急に気温が下がり肌寒く感じる日が増えてきましたね。季節の変わり目は衣類の調整が難しく風邪をひきやすいので、体調に気を付けて過ごしてくださいね。

インフルエンザの予防接種は終わられましたか？こども達は10月から予防接種の受付が始まっていますので、接種を考えておられる方は早めに医療機関に連絡をして予約をとるようにしましょう。

つどいの広場秀和では、11月は**離乳食の講習会を予定しています**。こども達に美味しい料理をつくってみませんか？参加された方にはプレゼントがあります。また、11月はスポーツイベントで体を動かして暖まろうと思います！お母さんも一緒に楽しく元気に過ごしましょう。



10月のご利用の様子です



10/21 子育てイベント『ハロウィーン』

親子でかぼちゃのランタンを作ったあと、思い思いのコスチュームで仮装して写真撮影しました。



10/12 『避難訓練』

火事の際にお外に逃げる練習をしました。



10/11 子育て講習会『ベビーマッサージ』

お話のあとオイルを使ってマッサージをしました。

さつまいもについて

さつまいもの旬は、晩秋です。

10～11月に収穫されます。通常、収穫の時期を「旬」ということが多いですが、さつまいもは収穫直後ではありません。収穫後、2ヶ月ほど貯蔵して水分をとばすことで甘さが増し、よりおいしくなることから、収穫の2ヵ月後も旬だと言われています。



■栄養

食物繊維が豊富に含まれているので、腸の働きを活発にしてくれます。

また、食物繊維はブドウ糖の吸収も緩やかにし、インスリンの分泌を抑えられるといわれています。さらに、さつまいもには、カリウムも含まれており、ナトリウムを排出する働きがあるので、高血圧にも効果が期待できるとされています。

2021年11月カレンダー

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----------|----|--|---|--|--|-----------|
| | 1 | 2 | 3 文化の日 休館日 | 4 ベビールーム (生後12か月まで) 9:30~12:00 | 5 | 6 休館日 |
| 7 休館日 | 8 | 9 | 10 イベント (スポーツ) 10:00~ | 11 | 12 ベビールーム (生後12か月まで) 9:30~12:00 | 13 休館日 |
| 14 休館日 | 15 | 16 ブックスタート 10:00~ 10:40~  | 17 子育て講習会 11:00~  | 18 ベビールーム (生後12か月まで) 9:30~12:00 | 19 | 20 休館日 |
| 21 休館日 | 22 | 23 勤労感謝の日 休館日 | 24 | 25 12月号 発行予定日 | 26 ベビールーム (生後12か月まで) 9:30~12:00 | 27 休館日 |
| 28 休館日 | 29 | 30 | | | | |

※内容は変更になる可能性があります

~ご利用について~

新型コロナウイルス感染症の拡大予防のため
当面の間、下記のご協力をお願いします。

★入館制限をさせていただきます

- ①9:30~10:40 ②10:50~12:00
③13:15~15:15

午前は各15組/午後は9組の完全入替制で
予約優先、1日1回のみ利用となります。

★検温にご協力ください

ご自宅で平熱を確認したうえでお越しください。
入館時にも検温にご協力をお願いします。

★ご家族や周りの方で風邪の症状がみられる
場合はご利用を控えてください★ご利用される際は、マスクの着用と手指の
消毒をお願いします

★換気・消毒にご理解・ご協力ください

1時間に1回お部屋の換気と、入替時間毎には
施設内やおもちゃの消毒をしています。

★会話は2m以上離れてしてください

ソーシャルディスタンスの確保にご協力ください。

♡館内は飲食禁止となっていますので、水分補給の際はテラス席をご利用ください

♡広場ではくれぐれもお子さまから目を離さない
ようお願いいたします。お手洗いにはベビーチェア
を設置していますので、お子さまと一緒に
入るようにしてください。

ご予約について

ご予約は**利用日の前日から直接又はお電話にて
受け付けて**います。(開設日の9:30~
12:00もしくは13:00~15:30)

ご予約の際は、お名前と利用する時間(左記ご
参照ください)をお伝えください。

※当日のお電話は込み合い、対応できない場合
がありますので、**前日予約**にご協力ください。

◎イベント◎

『スポーツイベント』を行います。
11/10(水)10:00~(定員6組・1歳以上)
参加ご希望の方は11/4(木)12時までに
お申込みください。お申込みされた方の中から
抽選で参加者を決定させていただきます。
当選の方には11/4(木)15時までに
ご連絡します。

★子育て講習会★

離乳食についての講習会を開催します。
参加ご希望の方はご予約をお待ちしています。
※調理実習はありません。

11/17(水)11:00~(先着6組まで)

♡ベビールーム♡

生後12か月までのお子さんとお母(父)さん
限定の『ベビールーム』を開設しています。
体重測定ができますのでご希望の方はバスタオル
等敷く物をご準備ください。

