



ゆらゆら通信 3月号



士別市子育て支援センターゆら
 住所 士別市東5条7丁目
 (あいの実保育園 2階)
 電話 0165 (26) 7202
 発行 令和8年2月末

2月は日が長くなり比較のおだやかで天気のいい日が多かったですね～♪雪どけが進みザクザクやツルツルになり外遊びが難しい状況でした♪そんな中でも部屋でブルーシートを敷き、その上での雪遊びはみんなも0歳児さんも楽しんでましたよ～☆

さて、いよいよ年度末。4月から幼稚園や保育園、転勤で引っ越しをされる方がいると思います。風邪などひかないように体調を整えて新しい生活の準備をしてください。ゆらに息抜きに遊びに来てね!

3月の予定

日	月	火	水	木	金	土
1	★ 2	★ 3 赤ちゃんDAY ～体操編～ 9:30～11:30 ★PM	★ 4	★ 5 ♪	★ 6	★AM 母子健康手帳 交付土曜日
8	★ 9	★ 10 育児講座 ヨガ 10:15～11:15	★ 11	★ 12 ♪	★ 13 赤ちゃんDAY ～ミニ講話～ 9:30～11:30 ★PM	★AM お父さんDAY 9:30～11:30 マタニティDAY
15	★ 16	★ 17 ♪	★ 18	★ 19 ♪	★ 20 春分の日	★AM 母子健康手帳 交付土曜日
22	★ 23	★ 24 ♪	★ 25	★ 26	★ 27	★AM
29	★ 30	★ 31 新年度準備の為 一般の開放は お休みです	<ul style="list-style-type: none"> 母子健康手帳は、平日及び7日(土)・21日(土)に交付しています。(事前予約) マタニティDAYと・赤ちゃんDAY(9:30～11:30)は申し込み 			

☆三によっきの日

0歳から就学前のお子さんと保護者

♪ニぶっちの日

0歳から就学前のお子さんと保護者

火曜日の15時頃～

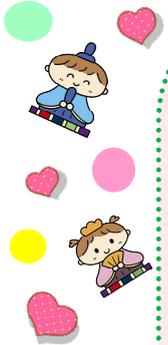
木曜日の11時頃～

ふれ合い遊びをします。

～利用時間～

午前の部 9:30～11:30

午後の部 13:30～15:30



お願い&お知らせ

★ゆらを利用する際、行事が入っている場合がありますのでマチコミ又はおたよりの確認をお願いします。

(※行事が入っている日は一般の開放は行っていません)引き続き風邪症状のある方の利用は控えて頂きます。

★2ヶ月に一度、のぞみ園の前田作業療法士がゆらで運動発達面や療育の相談を受けています。

(今回は4月15日です。)

申し込み制となっていますのでゆらスタッフまで連絡ください。

★ゆらゆら通信は士別市「暮らしナビ」やホームページからも見る事ができます。

★写真はNGという方がいましたらスタッフまでご連絡ください。

★バーステイカードを希望の方はスタッフに声をお掛けください。

AM11時までPM3時までとなっております。

★育児などの悩み、相談は保育士・保健師にお気軽にご相談ください。

ゆっくり相談したい場合は予約をお願いします。

(お部屋を用意します) *電話相談もご利用ください。

4月の行事

- 7日(火) 赤ちゃんDAY～体操編～
- 15日(水) 作業療法士相談の日
- 17日(金) 赤ちゃんDAY～ミニ講話編～
- 18日(土) お父さんDAY・マタニティDAY
- 21日(火) わくわくDAY
- 27日(月) 赤ちゃんDAY～おしゃべり編～
- 28日(火) 簡単ハンドワーク

※身長・体重測定はいつでもできますので声をかけてください。記録表をお持ちの方は持参ください。(バスタオル持参)

● 育児講座～リラックス ヨガ～

ヨガインストラクターの榎木真由美さんをお招きしてヨガを行います。やったことがない方でも気軽に行えるヨガで心身ともにリラックスしましょう。

日時 3月10日(火)
10時15分～11時15分
場所 子育て支援センターゆら ホール
持ち物 ヨガマット、飲み物
※無い場合はバスタオル持参
定員 8組
申し込み 3月7日まで

～春前に冬野菜を食べつくそう！～

＜冬キャベツと豚バラのミルクフィーク＞

冬キャベツに豚バラを交互に重ね鍋に入れる。コンソメを入れて鍋を火にかける。水無しで美味しく仕上がります。

＜白菜を入れた焼きうどん＞

白菜などの野菜や肉を炒めて焼きうどんを作ると美味しいですよ。

＜カブのミルクスープ＞

カブや玉葱、人参、シメジ、ベーコンなど好きな野菜を炒めます。牛乳を入れてコンソメ、塩などで味付けをして出来上がり。

＜カブのあんかけ＞

カブを出汁で煮ておきます。ひき肉は炒めて出汁としょう油とみりんで煮ます。そのあんをカブにかけて出来上がり。

＜お鍋＞

大根やゴボウ（噛みやすいように短めにしてください）をピーラーでうすく剥き、クタクタになるまで鍋で煮ます。好みの味付けで召し上がれ。

＜かぼちゃのコロッケ＞

かぼちゃをふかしてつぶし、バター・砂糖・しょう油を入れて混ぜる。丸めて、バター液パン粉を付けて揚げて出来上がり。

＜レンコンのツナマヨ和え＞

レンコンは薄切りにしてゆでる。ツナマヨで和えて出来上がり。

「だっこ」のお話

子どもは、不快なことや不安なことがあると泣いて「抱っこ」を求めてきます。そして、その**要求に**応えてもらい安心すると、**気持ちを切り替えてまた自分の世界に戻って行きます**。こんなことを繰り返しながら、周りの大人との信頼関係を築いていくのです。信頼する大人に見守られることで、少しずつ周りにも目が向いて、自分の世界を広げていきます。しっかり気持ちを受け止めてあげましょう♪**こうした経験を日常的に繰り返すことで、子どもは人とかわるこの楽しさや心地よさを知っていくのです**。転んで泣いて「抱っこ～」という時には、「痛かったね～」と優しく声をかけ、抱っこしてあげてくださいね！！



～2月の様子～



2日に**鬼のお面製作 & 豆まき** 鬼のお面を作りましたよ。カラフルなアフロの鬼ができました～♪

豆まきは、まずはホールで新聞紙ちぎりをして楽しみました。そして新聞紙をまるめて豆を作り鬼のポスターに向かって「福は～うち！鬼は～そと！」と豆まきをした子ども達。楽しむ姿が見られました♪

14日に**応急手当**を行いました。消防士さんを講師に、家庭で起こりうるケガや窒息、誤飲や出血など身近な危険についてお話をして頂きました。～感想～・土曜日だったので、父親も参加できたのが良かったです。とても勉強になりました。・このような機会があまりないのでとてもありがたかったです。子どもを見ていただいてゆっくりお話を聞ける機会はとても助かりました。大人の応急処置はやる機会がありましたが、子どもの応急処置を聞いて良かったです。消防の方にはもちろん感謝ですが、お話を聞ける環境をいただけた先生方に感謝です。・正しい知識を学べて良かったです。焦らず落ち着いて実践できるようにしたいです。ありがとうございました。

19日に**離乳食試食会**を行いました。～感想～・中期に進もうと思ってたので、食材のサイズ感など見れてよかったです！・実際に見て試食できたので、形状や硬さなど確認できてよかったです。その形状にしている理由も伺うことができたので勉強になった。・正しい知識を学べて良かったです。焦らず落ち着いて実践できるようにしたいです。ありがとうございました。

24日に**ふれあいマッサージ**を行いました。オイルを使いみんな気持ち良さそうな表情でゆったりとした時間でしたよ。～感想～・オイルを使っのマッサージが初めてだったので、良かったです。子どもも気持ち良さそうでした。・最近ハイハイができるようになってから、ゆったりマッサージできてなかったので良かったです。

