

十和田めぐみ保育園では、園の機能を地域に役立てるために、保育所地域子育て支援センター事業を実施しています。お子さんをお持ちの出会いの場と交流の場として活動しています。育児の不安や悩みを相談しあったり、リフレッシュできるような活動も取り入れています。是非ご利用下さい。



日の暮れるのが早くなり、朝晩冷え込むようになりました。十和田に来て初めて冬を迎えるというご家庭もあると思います。十和田市の雪は青森県の他の市町村に比べると比較的少なく、風が強く道路が凍結することが多いです。早めに冬支度をしていくと安心ですね。

【冬を迎える為のポイント】小さい子と過ごす冬は早めの準備が肝心です。

- ・タイヤ交換は早めに：11月に入ったら早めにスタッドレスタイヤに交換しておくで安心です。
- ・除雪用スコップの準備：家用とクルマにも除雪用スコップがあると便利。その他に車の雪下ろしをするスノーブラシも必要です。
- ・子どもの防寒具・・・ジャンプスーツ(頭から足までつながったジャンプスーツです。外遊びもこれでOK!)サイズは大丈夫かな？



冬用の靴、(冬用の長靴が履いたり脱いだりが楽です)、冬用帽子(耳までついているとあったかい)

手袋は、ミトンタイプ手袋がはめやすい。(2つの手袋をひもでつなげておくとなくならない)

※外は寒いが、室内では厚着にならないように注意!

- ・衣服の大事なポイント・・・首回りが開かないようなものにしましょう。(寒さは、首元から冷気が入ってきて温まった熱がにげていく為。)
肌着+ポロシャツ or ベスト、トレーナー等で良いと思います。裏起毛の衣服は汗をかきやすいのでお勧めしません。
- ・暖房器具の準備及び点検・・・ストーブでの火傷に注意。ストーブガードが必須です。

10月の活動の様子

●リンゴ狩りにいってきました。

三本木恵拓農業高等学校のりんご畑に収穫体験にいってきました。この土地ならではの体験に県外ご出身のお母さん方は喜んでいらっしゃいました。1本の木に真っ赤なりんごがたわわに実り、お母さんと一緒に「どれにしようか」と選ぶ子どもたちの姿がなんとも可愛かったです。収穫したリンゴは弘前ふじという品種で、エンゼルに戻って、みんなで食べましたが甘くて美味しかったです。小さなお子さんにリンゴをあげる時は必ず月齢に合った食べさせ方で目を離さず十分に気を付けてあたえてくださいね。



「嘔吐処理について」

子どもが嘔吐したらどうしていますか？

子どもが吐いた後に家族にも同じ症状が現れることがよくあります。これは、子どもの吐物が感染源になり、家族に感染してしまっているのです。感染を防ぐ為にも正しい処理の仕方を知っておくことが大切です。

ロタウイルスやノロウイルスなどによる冬場に流行する感染性胃腸炎。万が一家族が感染した場合、家庭内で感染を広めない為に、処理の手順を知っておくといいですね。吐いた物や下痢便にウイルスが含まれており、あっという間に感染を広めます。嘔吐した際の適切な処理の仕方を覚えておくと二次感染を防ぐことができます。家族に感染を広めない為にも、一度手順を振り返ってみるといいと思います



1. 処理する人以外の他の家族は出来るだけ別室に行く。



2. 汚物に新聞紙か布をかける。



3. 窓を開け換気する。



4. 処理する人はマスクと手袋をつける。



5. 消毒液に布をつけ、処理布を作る。

6. 汚物を2の新聞紙や布と共に寄せ集めビニール袋に入れる。

7. その場所に上記の消毒液をかける。10分間放置して消毒する。

8. さらに5の処理布で拭きその布もビニール袋へ入れる。

9. 直接、吐物汚染のある物(子どもの服等)ビニール袋に入れ袋を閉じる。



10. 手袋、マスクなどビニール袋に入れ、袋を閉じる。



11. すべての処理が終了したら、手洗い、うがいをする。



※消毒液の作り方
家庭用ハイター使用の場合
水500mlに対してハイターをキャップ2杯で1000ppm(0.1%)の消毒液を作ります。

※揃えておくもの

- ・使い捨て手袋 2組以上
- ・マスク 2枚
- ・ビニール袋 4枚
- ・消毒液
- ・処理布か新聞紙たくさん(不要服・ポロ雑巾)

～参加申し込み方法～

お子様の発達に合わせてサークルにご参加いただけます。お電話でご予約をお願いいたします。
 (見学は開所時間中であればいつでもどうぞ! 9:00～14:00※活動で不在の場合もあります)
 当日でも空きがあればご参加いただけますので、お気軽にお問い合わせください!

*月曜日・水曜日は【生後～1歳3ヶ月くらい】・・・ひよこサークル
 *火曜日・金曜日は【1歳3か月～3歳くらい】・・・かなりやサークル

ひよこ・かなりやサークルは9時頃から始まります。利用料は無料です。講習会等で参加費を頂く場合があります。
 ※キャンセルの場合もお手数ですがご連絡下さいますようお願いいたします。

11月の予定



月	火	水	木	金	土
				1 (育児講座) 冬の感染症・ 嘔吐処理講習	2 開放日
4 振替休日	5 (かなりや) 秋のアート	6 (ひよこ) 秋のアート	7 (おでかけ) そらいえで 遊ぼう	8 (育児講座) 親子 お茶講習会	9 開放日
11 (ひよこ) 身体測定 栄養士に聞こ う	12 (かなりや) 身体測定	13 (育児講座) リフレッシュ 筋膜リリース	14 (育児講座) 親子ヨガ	15 (育児講座) 料理講習会	16 開放日
18 (ひよこ・ かなりや) お誕生会	19 (おでかけ) めぐみ保育園 で遊ぼう	20 (ひよこ) エンゼル 写真館	21 (育児講座) リフレッシュ 筋膜リリース	22 (育児講座) 親子で体操	23 勤労感謝 の日
25 (ひよこ) 感触遊び	26 (かなりや) 感触遊び	27 (ひよこ) シール遊び	28 開放	29 (かなりや) シール遊び	30 ツインズの 会

ご予約・お問い合わせは、
 0176-25-0441 (スタジオエンゼル) まで。

◆電話相談・面接相談

日頃子育ての事で悩んだり困ったりしていることはありませんか? 誰かに話すと気持ちが楽になることもあります。気軽にお話して下さいね!

(事前に予約が必要ですので、お電話ください。)

☆スタジオエンゼル Tel.25-0441

☆十和田めぐみ保育園 Tel.22-0141

◆開放日～遊びの場～

○日時:11月2日、9日、16日、28日

お父さんも、ぜひ遊びに来て下さい。

遊びの設定をたくさんご用意しています!

※土曜日の開放利用は前日までのご予約をお願いします。

◆～おでかけのご案内～

◆そらいえで遊ぼう

・日時:11月7日(木) 10:30～12:00

早めに集合いただいた方が良いでしょう。

◆現地集合・6組限定

◆めぐみ保育園で遊ぼう

・日時:11月19日(火)10:00～11:00

めぐみ保育園の園庭で遊びましょう。保育園の見学もできます。

寒くないように防寒着をご用意ください。

・雨天やあまりにも寒いときはエンゼルで遊びます。

◆ツインズの会

・日時:11月30日(土)

10:00～12:00

・場所:子育て支援センターエンゼル

・対象:双子のお子さんと親御さんの会です

・内容:情報交換してみませんか?

おしゃべりしましょう。

子育て支援センターエンゼル

〒034-0083

十和田市西三番町 22-8

電話:0176-25-0441

～育児講座のご案内～

◆冬の感染症・嘔吐処理講習会

○日時:11月1日(金)

10:00～11:00

○講師:今ユーリア(めぐみ保育園)

○対象:ひよこ・かなりや
親子10組程度

◆親子お茶講習会

○日時:11月8日(金)

10:00～11:00

○講師:稲本宗美先生

○対象:親子5組

○持ち物:筆記用具・白い靴下があると
良いです

○参加費:100円/親子1組につき

(下のお子さんは+50円いただきます)

◆リフレッシュ筋膜リリース

フォームローラーを使って行います。

お貸し出しできます。

○日時:11月13日(水)、21日(木)

10:00～11:00

○講師:とわだこどもスポーツ教室

○対象:親子8組まで

○持ち物:汗拭きタオル、動きやすい服
装、水分

◆親子ヨガ講習会

○日時:11月14日(木)

10:00～11:00

親子で楽しみながらヨガで身体をほぐ
しましょう!

○講師:新山奈穂 先生

○対象:親子7組まで

○持ち物:汗拭きタオル、水分
ヨガマット

◆料理講習会

○日時:11月15日(金)

10:00～11:00

○講師:シャンタルさん

○対象:親子7組

○持ち物:エプロン、三角巾、おんぶ紐
など

○参加費:大人1人300円(材料費とし
て)

◆親子で体操

○日時:11月22日(金)

○講師:とわだこどもスポーツ教室

○対象:親子8組まで

○持ち物:汗拭きタオル、動きやすい服
装、水分



～エンゼルからのお願い～

○お熱が下がってから24時間はお家で様子を見て
いただきたいと思います。お子さんの様子が
急に変わることもありますので、大事を取って
お休みいただいた方が良いでしょう。