



紫波町子育て応援センターしわっせ

すまいる 10月号

平成 28 年 9 月 発行

〒028-3318 岩手県紫波郡紫波町紫波中央駅前二丁目 3 番地 3

オガールプラザ2階 紫波町子育て応援センター「しわっせ」

☎019-671-2200 fax019-671-2202

ひろば開所：月～土曜日 9：00～16：00（日・祝祭日はお休み）



読書の秋・芸術の秋・スポーツの秋。。秋は過ごしやすい気候なのでお散歩にも最適です。そして、食欲の秋！秋には栄養豊富な食べ物がたくさんあります。旬の物をいろいろ食べて、風邪を引きにくい体づくりをしましょう。



今月の予定



■おたのしみ会 10月4日(火)

時間：10:30～11:00 頃まで
場所：子育て応援センターしわっせ
内容：歌や手遊び、楽しいお話をします。
対象：就学前のお子さんなら自由に参加
できます。予約不要。

■秋の散歩 10月7日(金)

時間：10:00～11:00 頃まで
場所：アクアボール公園
内容：秋の自然を探しに出掛けましょう。
※雨天時はひろばで絵本の読み聞かせ
等を行います。
対象：就学前のお子さんと保護者。
予約不要。

■ハロウィンパレード10月14日(金)

時間：10:00～11:00 頃まで
場所：子育て応援センターしわっせ
内容：好きな仮装をして、親子でパレードします。
対象：就学前のお子さんと保護者。25組まで。
予約制 10月7日(金) 締切



■10月生まれのお誕生カード作り 10月11日(火)12日(水)13日(木)

時間：9:30～10:30
場所：子育て応援センターしわっせ
内容：お誕生カード作り
対象：10月生まれのお友達。予約不要。

■レッツ☆ゴー広場 IN 長岡公民館 10月18日(火)

時間：9:30～11:20 頃まで（現地集合）
場所：紫波町長岡公民館
（紫波町東長岡字細工田 6-8
☎674 - 2626）
内容：長岡公民館を利用して「ひろば」を開催
します。お友達とたくさん遊ぼうね！
長岡地区にぜひ一緒に行ってみましょう！
対象：就学前のお子さんなら自由に参加
できます。予約不要。

ハロウィン

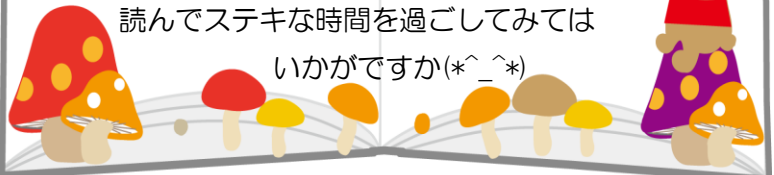
簡単に言うと日本のお盆と似ています。それはお盆に先祖の魂が戻ってくることが共通しているからと言われます。お盆行事で欠かせない送り火や迎え火は、霊魂を迎えたり送ったりするためのものです。ハロウィンも先祖をしのび、秋の収穫物の象徴であるかぼちゃをくり抜き、ランタンにして飾ります。子どもたちが仮装して近所をまわるのは、悪い霊を追いはらうため、とされていますよ。

親子で楽しむ読書の秋

乳幼児の子どもたちは、身近な生活に関する絵本が大好き。繰り返し読んで自分の中に取り込んでいくようです。大きくなってくると、物語の世界も楽しめるようになります。登場人物といっしょに喜んだりドキドキしたり…。今、この柔らかな心だからこそ感じ取れる本の楽しさやおもしろさを、味わってほしいと思います。

秋の夜長、おうちでのんびりお子さんと絵本を
読んでステキな時間を過ごしてみても

いかがですか(*^_^*)



ハロウィンにいかがでしょうか!! <作り方>

かぼちゃのクッキー

<材料・約4cm角8枚>

- ・かぼちゃ…40g
- ・バター…40g
- ・砂糖…20g
- ・薄力粉…80g

1. ボウルにバターを入れ、砂糖を加えてすり混ぜ、蒸してつぶしたかぼちゃを加えてゴムべらで混ぜ合わせる。更にふるった薄力粉を加えて混ぜ合わせる。
2. 打ち粉(分量外)をしてから、めん棒で厚さ5mm位に伸ばす
3. クッキーの型で抜く。
4. 150℃に熱したホットプレートに3を並べ、ふたをして7分、裏返して2分焼く。

※かぼちゃをさつまいもに変えてもおいしいよ!!



*食材まめちしき・・・かぼちゃ

かぼちゃといえば冬至に食べることから、冬が旬と思われがちですが、収穫期は夏～初秋です。色の濃いものほど、肌や粘膜を丈夫にして風邪予防にも効果的なカロテンが多く含まれており、ビタミン・食物繊維なども豊富です。



秋かせに注意!

秋は気温差が激しいため、風邪を引きやすくなります。ご家庭では背中を触るなどして確認し、汗をかいているようなら衣服を取り替えてあげましょう。また、手洗い・うがいをこまめに行う習慣を付け、規則正しい生活でウイルスを寄せ付けないようにしましょう。



～子どもが育つ魔法の言葉～

子どもの目で世界を見る それが子どもと一緒に暮らすということ

子どもが日々どんなことを体験し、どんなことを感じているのか尋ねることは、子どもを理解するための一番良い方法です。また、必要な時に助けの手を差し伸べるためにも必要です。

著者：ドロシー・ロー・ノルト

発行：PHP 研究所

