



紫波町子育て応援センター「しわっせ」

すまいる 1月号

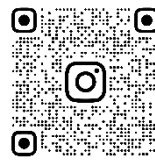
〒028-3318 岩手県紫波郡紫波町紫波中央駅前二丁目3番地3

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（日・祝日はお休み）

9:00～12:00、13:00～16:00



SHIWASSE_2525

しわっせInstagram



1月は旧暦で「睦月（むつき）」とも呼ばれます。仲良く親しむことを意味する「睦む（むつむ）」という言葉から、お正月に家族や親類が仲良く過ごす姿を表したことが由来とも言われています。新たな1年も健康で楽しく過ごせますように。

今月の予定

◆ 小学生とあそぼう！ 1月8日(水)

時間：10:30～10:45 頃

場所：子育て応援センターしわっせ

内容：日詰こどもの家を利用している小学生との交流を楽しみましょう！

対象：参加は自由です。

（予約不要）



◆ 音に親しもう♪ 1月15日(水)

時間：10:00～11:00

場所：子育て応援センターしわっせ

内容：音楽療法士の智田邦徳先生と一緒に歌や楽器など色々な「音」に触れて楽しみましょう！

対象：就学前のお子さんと

そのご家族（予約不要）



◆ こどもスキンケア講座 1月23日(木)

時間：10:00～10:50

場所：子育て応援センターしわっせ

こどもの家スペース

内容：ベビースキンケアの資格をお持ちの照井史香さんから、親子で触れ合いながらスキンケアについて教えていただきます。ファーストアートの制作もできますよ。

対象：就学前のお子さんとそのご家族

予約制 8 組

材料費：こども 1 人につき 500 円

持ち物：バスタオル（お子さん用）



◆ 助産師さんに聞いてみよう！

1月11日(土)・31日(金)

時間：9:30～11:30

場所：子育て応援センターしわっせ

内容：「ぶどうの丘助産院」助産師の吉田蘭さんがしわっせスタッフとして仲間入り。妊娠や出産、子育てのことなどお話ができますよ。

対象：妊娠・出産・子育てに関して

聞いてみたいことがある方

（事前予約も可能です。）



◆ お楽しみ会

1月18日(土)・30日(木)

時間：10:30 頃～（10～15 分程度）

場所：子育て応援センターしわっせ

内容：絵本や紙芝居等の読み聞かせなどを楽しみましょう。

対象：参加は自由です。

（予約不要）



◆ 制作「オニ・金棒」

1月24日(金)・27日(月)

時間：ひろば開所時間

（9:00～12:00、13:00～16:00）

場所：子育て応援センターしわっせ

内容：節分にちなんでオニや金棒を親子で作しましょう。

対象：参加は自由です。

（予約不要）



〈お知らせ〉

◆ 年始は1月6日(月)から開所します。

手づかみ食べはとても大切

手の能力を養い、スプーンを自分で使えるようになるためにも、手づかみ食べはとても大切な段階です。「手やまわりを汚すから」と手づかみ食べを止めず、十分に体験させてあげたいですね！

手づかみ食べの段階

手づかみ食べにも段階があります。手や指の発達、口の動きなどが連動していくことで、手づかみ食べも少しずつうまくなっていきます。

ポイントQ

手づかみ食べを始めたら、スプーンを常にテーブルに置いておきます。「やりたい！」の気持ちが生まれた時にいつでも自由に持てるようにしておきましょう。



① 手のひらで口に押し込む

手づかみの食べの初めころは、手のひらで食べ物を口に押し込むような食べ方をします。



② 指でつまんで口に入れる

指の発達が進むと、食べ物を指先で持って口に運びます。また、食べ物を唇ではさんで歯で噛み切ることも並行して覚えていきます。

【参考】子どものための食事マナー メイト

じゃがいもがもちり食感に変身!?

じゃがもち

年齢によっては
お子さんと一緒に
作るのもいいですね♪

★材料★(4人分)

- じゃがいも…2個
- 片栗粉…24g
- バター…20g
- 塩…少々
- 海苔…3cm角4枚
- しょう油…適量



★作り方★

1. じゃがいもの皮をむき、やわらかくゆでる。
2. 1の粗熱がとれたら、片栗粉、バター、塩を加え、じゃがいもをつぶしながら混ぜる。
3. 平たく丸め、片面に海苔を貼る。
4. 両面を焼いて、しょう油を塗る。

【参考】子どもと作る！かんたんクッキング メイト

低温やけどに注意 ⚠

ホットカーペットや使い捨てカイロに長時間触れることで起こる「低温やけど」。痛みを感じにくく、重症化しやすいのが特徴です。肌が赤くなり子どもが痛痒く感じていたら要注意！

起こる可能性のあるものは？

電気カーペット
湯たんぽ
使い捨てカイロ
電気こたつ
スマホ



スマホの動画撮影アプリ等を起動したまま充電するとスマホ本体が50度を超えることも！！

【参考】健康おたより文例集 学研