ルンルンつうしん９月号

令和８年９月１日

牛窓ルンビニ
子育て支援センター
＜牛窓ルンビニ保育園併設＞
お問い合わせ電話
090－1517－2310
Fax 0869－34－2218
住所　瀬戸内市牛窓町牛窓 4959-5

＊支援センターご利用について＊

子育て支援センターは、子育て中のみなさんやOBの方がた、地域のみなさんが、いつでもご利用いただける居場所です。どうぞお気軽にお越しくださいね！

かなり暑さ厳しい夏でしたが、９月になると次第に朝晩が涼しく感じられるようになると信じています。近年は過ごしやすい春や秋がほんとうに短くなっているようで、一年を通して夏と冬がメインになる感じです。それでもこれからの時期はいろんな果物が美味しくなるので、食後のデザートやおやつなどには果物をしっかり食べることができますね。

☆子どものおやつ☆

～いりこのごまがらめ～

＜材料＞

いりこ……40g
A　砂糖……大さじ
　　しょうゆ……大さじ１/２
　　水……大さじ１/２
ごま……大さじ２

＜作り方＞

１いりこをフライパンに入れて火にかけ、カリッとなるまでからいりする。
２一度いりこを取り出し、あいたフライパンにＡを入れて火にかける。
３沸騰したら少し煮つめ、いりこを一度に戻して入れて、からめる。
４仕上げにごまを入れて混ぜる。

＊丈夫な歯や骨を作るカルシウムがたっぷりのおやつです！

牛窓中学校「赤ちゃん訪問」

９月17日（木）

牛窓中学校の２年生と親子触れ合い交流授業に参加します。10時45分～12時10分（集合10時35分）◎要予約 詳細はセンターへ

赤ちゃん講座

９月24日（木）10月１日（木）10時

２回を通して赤ちゃんのことを学ぶママやパパの講座です。乳幼児期から学童期、将来にわたって役立つ情報もいろいろあります。

◎要予約 参加費300円（テキスト代）

ヒーリングデー

９月30日（水）10時～

- まどかママの『マグネットネイル体験』キラキラカラーの中からお好きなカラーを！◎要予約 5,000円３名（ネイルオフ代+1,000円&30分）
- あやのママの『アロマハンドタッチケア』エッセンシャルオイル！植物の力でリラックス！◎要予約 20分～30分 500円 ５名
- あすかママの『福祉ネイル』マニキュアを塗ってくれます。爪のケアもできます。お子さんも塗ると喜んでいます。◎要予約 500円

♡子育てをサポート♡

電話相談　来園相談

毎週月曜日～土曜日の
９：30～16：30
☆随時受け付けています。
＊園児、小学生、中学生等の相談も受け付けています＊

訪問相談

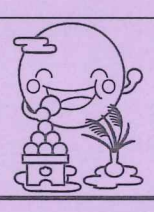
☆お宅までお伺いします。
育児、子育てについて、気になること等何でもご相談ください。

りなママの「月齢フォト」

９月５日（土）７日（月）

かぼちゃとお化けがいる可愛いブースで仮装をしながら撮影しましょう！カチューシャや簡単な被りものレンタル無料　お持ち込み仮装大歓迎
＊参加費1500円/10枚納品
◎予約日時
☆５日９時半～12時
☆７日９時半～13時
・30分おきに撮影です。
☆予約の際には希望の時間をお知らせください

《９月のルンルンカレンダー》

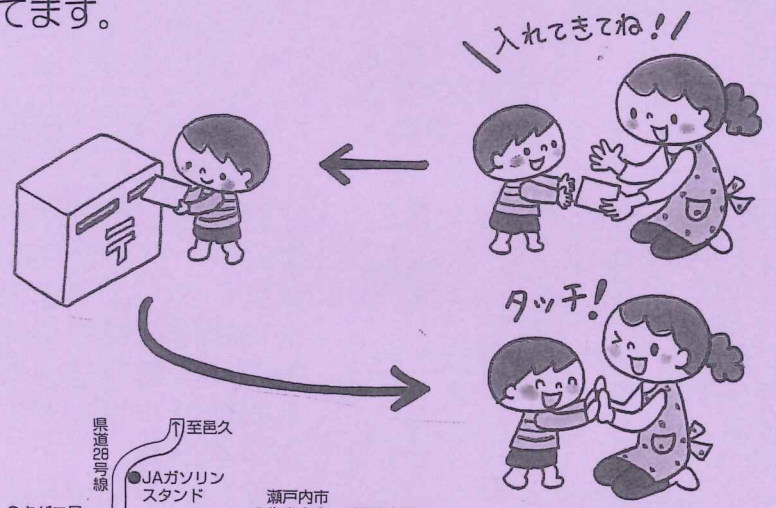
げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
室内（9:30~16:00） 戸外（9:00~18:30）	室内（9:30~15:00） 戸外（9:00~18:30）	室内（9:30~16:00） 戸外（9:00~18:30）	室内（9:30~15:00） 戸外（9:00~18:30）	室内（9:00~14:00） 戸外（9:00~18:30）	～園庭開放～ 戸外（9：30~17:30）
	１日 ゆったりで～♡	２日 スマイルベビー&マタニティーママデー」 （赤ちゃんの玩具つくり） もうちゃんサロンさん絵本とお話	３日 絵本といっしょ （ちまちどんどんさん） 10時半頃～	４日　ルンルン体験 ゆったりで～♡	５日 りなママの「月齢フォト」
７日 りなママの「月齢フォト」 スクールコンサート 10時～◎要予約	８日 ゆったりで～♡	９日　ママのひろば 888米粉研究所 （しっとりもちもちパンケーキ） ◎要予約 2,000円	10日　おもちゃの病院 歌あそび うたの先生たちの絵本や歌を聴こうね 11時～	11日 あやママの 「皆で楽しもうね」 ◎要予約 10時半～	12日 園庭開放 （午後のみ）
14日 ゆったりで～♡	15日 みんなのひろば （祖父母プレゼント作り） ◎要予約	16日 おおきくなったかな ～0歳から6歳さんの身体計測	17日 牛窓中学校へ 「赤ちゃん訪問」	18日 ルンルン体験 ９月誕生日会 ◎要予約 10時～	19日 園庭開放
21日 敬老の日 お休み	22日 国民の休日 お休み	23日 秋分の日 お休み	24日 赤ちゃん講座１	25日 ルンルン体験 お月見会 ◎要予約 10時～	26日 園庭開放
28日 ひろこママの 「親子でEnglish」 ◎要予約 10時半～	29日 「不登校経験や発達障害のある子どもを持つ親のひろば」 どなたでも自由に参加できます	30日 ヒーリングデー			

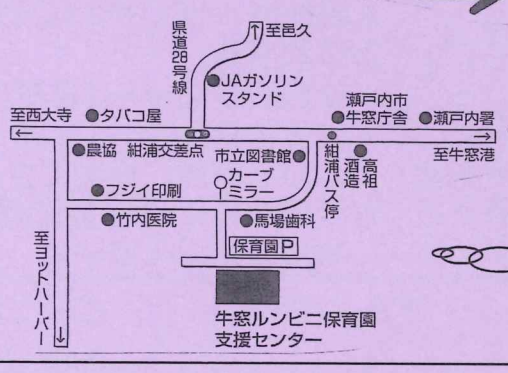
つまんでピョン！（0歳児）

準備物　伸縮性のある包帯〈100円ショップなどで購入〉
・包帯を1mくらいにカットし、両端にビニールテープを付けて持ち手にする。

ゆうびんやさん（1歳児）

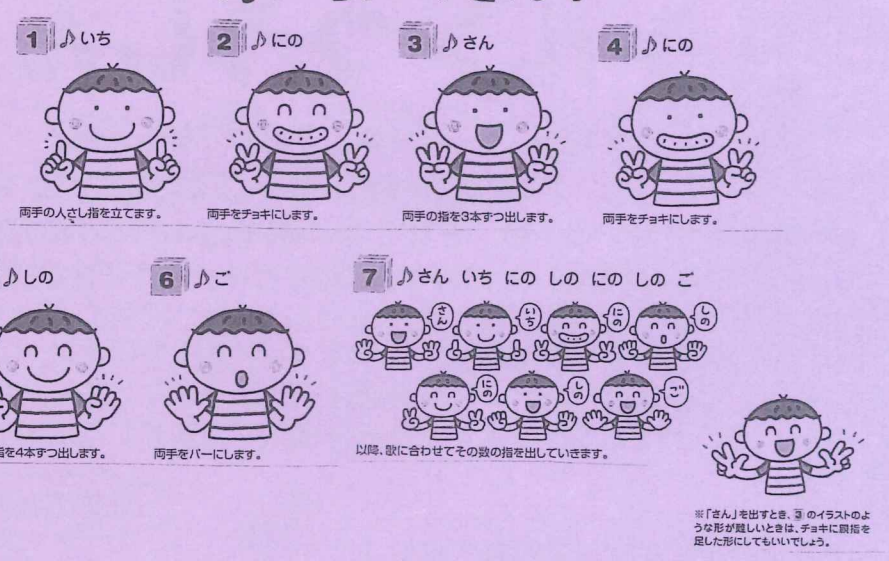
準備物　空き箱で作ったポスト〈口の大きさを変えておく〉、画用紙などで作ったいろいろな大きさのカード
・一連の動きの中で、物をつかむ力や走る力・形を認識する力を育てます。





牛窓ルンビニ支援センターに遊びに来てね！

♫いちにのさん♪



おおきくなったかな！

9月16日（水）10時～12時

支援センターでは、毎月赤ちゃんからの身体計測（頭囲、胸囲、身長、体重）を行っています。職員と一緒にお子さんの成長を喜んだり、疑問や悩みを考えたりしています。計測を嫌がるお子さんは、他のお子さんの計測の様子を見たり、遊んだりしながら慣れた頃に測ります。支援センターは正確に測れる身長体重計を使っています。ママさん同士や先輩ママさんとの子育て情報交換の場にもなっていますので、ご利用が初めてという方もお気軽にお越し下さい。♪ルンルンお助け隊♪の先輩ママさんたちも手伝いに来てくれますよ！

一時保育＆ルンルン保育体験の案内

・一時預かり保育は、お母さんや育児をしている方が、出産、職業訓練、冠婚葬祭、疾病、介護、看護、家庭内労働などで、育児ができない場合や、リフレッシュやお出かけの時などに、お子さんを保育園でお預かりする制度です。（2ヶ月～小学校就学前までのお子さんが対象、ただし、保育所・幼稚園・こども園の在園児は、利用できません）1ヶ月に13日まで利用できます。[月曜日から土曜日間で、4時間まで（半日）の利用は0.5日として取り扱います]
<4時間まで1,000円、4時間を超えて8時間まで2,000円>
・ルンルン保育体験は、毎週金曜日午前中に保育園の生活を体験する日です。<利用料は1,000円>
☆上記いずれかの保育を希望される方は、早めの予約をお願いします。
◎ 内容やご質問、お問い合わせは、TEL34－2309へ！

支援センター 090－1517－2310
保育園 0869－34－2309
Fax 0869－34－2218
牛窓子育て支援センターの電話です。
ライン公式アカウントもあります。
友だち募集中！
♡予約はラインや電話で♡

♡すこやかに♡

秋分の日

秋分の日は「祖先をうやまい、なくなった人々をしのぶ」日として、1948年に制定されました。この日の3日前を「彼岸の入り」3日後を「彼岸の明け」、秋分の日は「彼岸の中日」と呼びます。もともと彼岸は仏教用語で、祖先を供養するためにお墓参りに行きます。

おはぎ

秋の花「萩」にちなみ、秋の彼岸には「おはぎ(御萩)」をお供えしたり食べたりします。春の彼岸にお供えする物は「牡丹」の花からとって「ぼたもち（牡丹餅）」と呼びます。アズキの赤い色は、昔から邪気を祓う効果があるとされていて、先祖を供養する食べ物として広まったようです。

避難場所の確認

自然災害は、いつ襲ってくるかわかりません。いざというときのために、避難経路や避難場所を確認しておきましょう。家庭でも防災グッズや用品を見直してみたり、ハザードマップで自宅周辺の危険度を調べたりして、災害に備えましょう。家庭ではぐれた時の集合場所や連絡方法などを考えておくことも大切ですね。