ルンルンつうしん１０月

令和８年１０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！

瀬戸内地方は久しく雨が降ってなかったですが、９月になり雨が降りいろいろな作物は喜んでいます。ほんとうにこれからの時期は家庭菜園でも秋冬の野菜の種まきのため畑の準備をする季節なので、秋雨もありがたいです。田んぼの稲も花が咲いたり、稲穂が出てきたりと近年は稲刈りも早くなっているようで千町平野がだんだんと黄金に変わっていく姿も見られますね。

☆子どものおやつ☆

～切り干し大根もち～

＜材料＞６～８枚分
切り干し大根…４０ｇ　桜えび…３０ｇ
水……１カップ　サラダ油……適宜
白玉粉……200ｇ　しょうゆ……適宜
青ねぎ……たっぷり
＜作り方＞
１切り干し大根はさっと洗い、キッチンばさみで食べやすい長さに切って、分量の水に５分ほどつけてもどす。
２白玉粉に１をもどし汁ごと加えてよくこねる。耳たぶくらいのかたさになるまで、水を足しながら混ぜる。
３小口切りにした青ねぎと細かく刻んだ桜えびを加えて混ぜ、食べやすい大きさに丸めてたいらにする。
４サラダ油をひいたフライパンで両面こんがりと焼きさっとしょうゆを塗る。

ママのひろば

１０月６日（火）

秋に美味しいさつま芋を使って「すみちゃんのサクサクさつまいもクッキー」をみんなで作りましょう！　◎要予約　500円

給食試食会

１０月29日（木）11時半～

保育園の給食体験ができる試食会を行います。◎要予約5名　参加費大人300円　幼児と離乳食児250円（1日3回食で9ヶ月カミカミ食以降）

ヒーリングデー

１０月27日（火）１０時～

- まどかママの『ハンドケア＆ジェルネイル体験』ハンドケア500円ジェルネイル体験4,500円 ハンドケアは爪を綺麗に整えてピカピカに！ジェルネイル体験は手の爪を「うるちゅる」マグネットカラーで可愛くできます♡20色以上から選べます♡
- 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

♡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」

１０月30日（金）
未年撮影会

たくさんの雲の中で羊さんになってもらいます。2027年の挨拶に使える撮影会！
黒タイツ推奨　☆コスチュームレンタル料¥500　レンタルされない方は私服での撮影
＊参加費1500円/１０枚納品
◎予約　☆９時半～１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

《１０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 赤ちゃん講座２	2日　ルンルン体験 ゆったりで～♡	3日 園庭開放
5日 歌あそび うたの先生たちの絵本や歌を聴こうね 11時～	6日 ママのひろば （クッキング）	7日 スマイルベビー&マタニティーママテー」 （赤ちゃんの玩具つくり） もうちゃんサロンさん絵本と歌	8日 絵本といっしょ （まどっこまんとさん）	9日 ゆったりで～♡	10日 園庭開放
12日 スポーツの日 お休み	13日 おおきくなったかな ～0歳から6歳さんの身体計測	14日 ひろこママの 「親子でEnglish」 ◎要予約　10時半～	15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	16日 ルンルン体験 みんなのひろば （モビール作り） ◎要予約	17日 園庭開放
19日 あやママの 「皆で楽しもうね」 ◎要予約　10時半～	20日 ゆったりで～♡	21日　10時半～ えみさんの 「わらべ歌ベビーマッサージ」 ◎要予約　300円	22日 しーちゃんの 「オーラよみ＆星読み」 ◎要予約　15分2千円	23日 ルンルン体験 ゆったりで～♡	24日 園庭開放 （午後のみ）
26日 ゆったりで～♡	27日 ヒーリングデー	28日 交通安全教室 パトカーや白バイさんも！ 10時～	29日 給食試食会 10月誕生日会 ◎要予約10時～	30日 ルンルン体験 りなママの「月齢フォト」	31日 園庭開放

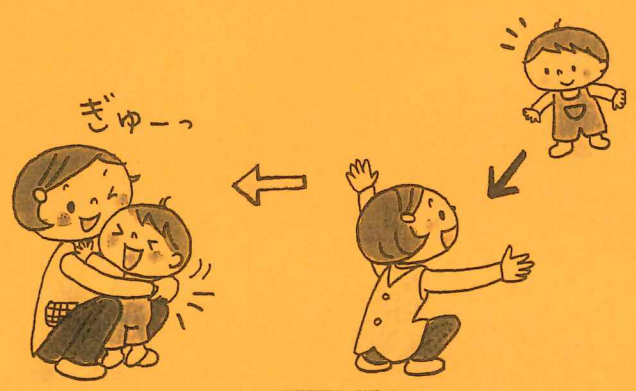
エビトラマン（0歳児）

準備物　クッションや子どもの布団を丸めたもの

・クッションに腹ばいになり前に手をつきます。その運動を楽しんだ後に、足をゆっくり持ち上げて、腕立て伏せの状態にしましょう。この運動に慣れてくれば、足を左右にゆっくりと揺らします（足はあまり高く上げすぎず、無理のないように）。

ここまでおいで（1歳児）

・思い切り走る楽しさを十分に味わうことができます。

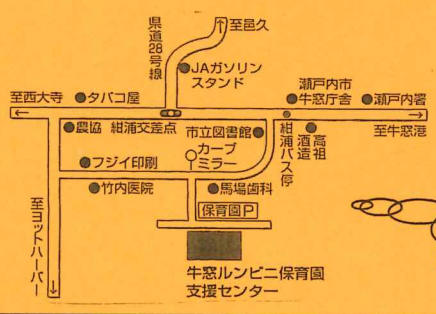


♫おおきなくりのきのしたで♪

おおきくなったかな！

10月13日（火）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！



牛窓ルンビニ支援センターに遊びに来てね！

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♡

読書週間

10月27日～11月９日は「読書週間」で、初日の27日は「文字・活字文化の日」に定められています。いろいろな絵本や図鑑に、興味や関心を持って開いてみませんか。親子で図書館や書店に行き、本を選ぶのも楽しいですね。読書を通して、想像する楽しさを感じるのもいいですね。

目の愛護デー

10月10日は「目の愛護デー」です。１０と１０を横にすると目の形に見えることから定められました。目の健康についての話や活動などが、あちらこちらで行われます。まばたきが激しい、目やにがでる、目を細めて見ているなど、気になる症状はありませんか？この機会にチェックしてみませんか。

靴の選び方

子どもの靴は、以下のポイントを参考に、足に合うものを選ぶようにしてみてください。

・つま先の部分が広い
・指が靴の中で自由に動く
・つま先は 0.5～１ｃｍ余裕がある
・甲の部分が足にぴったり合う
・かかと回りがしっかりしている
・靴底が指の付け根辺りで曲がる