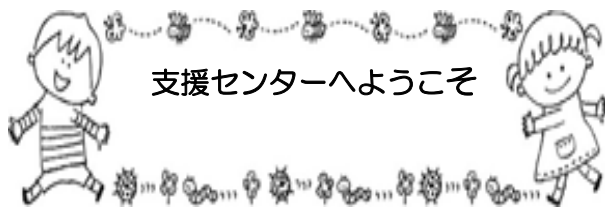




電話：070-7547-4984
電話：024-583-2355

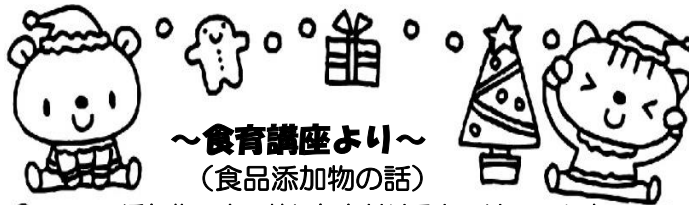


支援センターへようこそ



～食育講座～（11月11日）

上級食育指導士の西村沙織さんをお迎えして、食品添加物の話を聞きました。お家でできる簡単な『手作りふりかけ』の作り方も教えていただきました。お母さん達は、熱心に話を聞き、メモをとっていました。

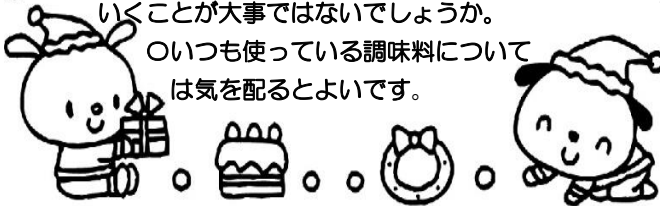


～食育講座より～ （食品添加物の話）

○添加物の中で特に気を付けるものは、ハムやウインナーに含まれる発色剤、マーガリンなどに含まれているトランス脂肪酸。たくさん摂りすぎると体にはよくないのであまり摂らない方がよいと思います。

○添加物の事ばかり気にしていると食事の時間が楽しくなくなるので、全部手作りにこだわらず、時にはお惣菜や外食も楽しみながら『にこにこ笑いながら食べる楽しい食卓』を心がけていくことが大事ではないでしょうか。

○いつも使っている調味料については気を配るとよいです。



～冬休み中の支援センターの 利用制限について～

日頃より、多くの方々に子育て支援センターをご利用いただきありがとうございます。

12月24日（土）からは冬休みを迎えることとなりますが、下記のように利用の制限をさせていただきます。よろしくお願いします。

○ 《0.1.2歳児及びこども園や幼稚園に通っていない3歳までのお子さん》《伊達こども園園児・伏黒幼稚園園児》とその保護者のみの利用とする。

○ 伊達こども園や伏黒幼稚園以外のところに通っているお子さんや小学生の利用はご遠慮願います。

※ 伊達こども園園児・伏黒幼稚園園児の皆さん、赤ちゃんもいるので、騒いだり走ったりせずに、なかよく遊びましょう。

☆利用制限の期間…12月26日（月）～1月6日（金）

～読み聞かせ絵本の紹介～



☆「サンタさんのてがみ」 作 ジョセフィンコリンズ ひさかたチャイルド

しかけを使いながら、サンタさんの手紙を探す絵本です。サンタさんからの大切な手紙、どこにいったのかな？ねずみさんと一緒に探してみましょう。

☆「さんかくサンタ」 作 tupera tupera 絵本館

まる・さんかく・しかくの図形を組み合わせたサンタクロースがかわいいです。リズムカルな言葉とカラフルなイラスト、形の組み合わせが楽しい絵本です。



☆みゅーる
（Mure）って
どういう意味？・・・

フランス語で『桑の実』
ローマ字読みで『群れ』
みんなでなかよく、のびのびゆったり群れ遊びみんな一緒に元気に育っていきましょう。

