ろっくもっくぷらざ
とまり

令和８年１１月発行

六ヶ所村立泊こども園
子育て支援センター

0175－（77）2128
担　当　目　代　久　子
橋　本　渚

「お母さん方の子育てを応援します」

こんにちは！　泊こども園子育て支援センターです。

日が落ちるのもすっかり早くなり、吹く風も少しずつ冷たくなってきましたね、この時期になると体調を崩しやすくなりますので、栄養バランスを考えた食事をし、昼間はしっかり身体を動かし、たっぷりと睡眠を取りましょう。規則正しい生活を心掛けることで、免疫力も高まりますので、元気よく過ごせる生活をしていきましょう。今月も支援センターでは、元気なろっくもっくっこをお待ちしております。

毎日家事や育児にと忙しいお母さん方、リフレッシュを兼ねてお子様と一緒にゆったり過ごしてみませんか。



『食べ物の好き嫌い』

子どもたちは３歳ごろから好き嫌いが出てきます。嫌いと感じる原因としては、口当たり・苦味・においなど本能的に感じるものもあるようですが、味覚が発達してくると食べられるようになってきます。苦手な野菜の代わりにほかの野菜で栄養を補ったり、子どもたちにご飯支度の簡単な手伝いをしてもらったり、切り方や調理方法を工夫したりして、楽しく食べることができるといいですね。

支援センターの利用方法について

◎利用できる曜日は、月～金曜日（日、祝を除く）
◎利用時間9:00～14:00 まで
◎料金は無料です
◎利用希望の方は、事前にこども園に連絡くださるようお願いします。
◎親子の水分補給の飲物、お子様のおやつをご持参ください。
◎育児相談もお気軽にご利用ください。



ろっくもっくぷらざ
一般開放日のお知らせ

泊こども園では月１回「ろっくもっくぷらざ」を開放しております。木の香りとぬくもりあふれる玩具がいっぱいあります。ぜひ遊びに来て下さい。

日時　１１月２１日（土）
時間　９時～１４時
場所　泊こども園「ろっくもっくぷらざ」

※ろっくもっくぷらざの玄関からお入り下さい。
※次回の「ろっくもっくぷらざ」の一般開放日は来月のおたよりでお知らせします。