

おっぽ 10月

令和8年10月発行 国東市立武溪保育所
地域子育て支援センターむ・さ・し TEL 0978-69-0432

吹く風に秋の気配が感じられるようになってきました。お出かけするにも心地よい季節ですね。秋の味覚で栄養をたっぷりとり、元気に過ごしましょう!! 今月も、子育て支援センターむ・さ・しでは、季節のイベントを計画しています。ぜひ、親子で遊びに来てください◎

○支援センターの利用時間について○

◎月・水曜日

場所：武蔵保健福祉センター
児童室

時間： 9：30～12：30
13：00～15：00

◎火・木・金曜日

場所：すこやか館（武溪保育所）

時間： 9：30～12：30
13：00～15：00

◎火・木・金曜日は園庭も開放しています。保育所のお友だちと一緒に遊びましょう！
まだまだ暑い時期なので、帽子や水筒など準備して遊びに来てくださいね。

月	火	水	木	金
保健センター	すこやか館	保健センター	すこやか館	すこやか館
			すきなあそび	よみきかせ
5	6	7	8	9
スケッチブック シアター	すきなあそび	すきなあそび	製作	製作
12	13	14	15	16
スポーツの日 (お休み)	パネルシアター	すきなあそび	スケッチブック シアター	ほっとタイム
19	20	21	22	23
よみきかせ	すきなあそび いもほり	すきなあそび	パネルシアター	合同避難訓練 消防車が来るよ！
26	27	28	29	30
よみきかせ	ハロウィン にこにこ おはなし会	すきなあそび	すきなあそび	よみきかせ

季節の製作
～りんごのつるし飾り～



ゆらゆら～♪
さわってみたいな～

十五夜
～おだんご作り～



もちもちで
おいしかったよ!!

○お知らせ○

今月の製作は『オリジナルバッグ』を作ります。

ミニサイズのトートバッグや巾着にステンシルシートを使って自由にお絵描きを楽しんで、自分だけのオリジナルバッグを作ります!!

準備するものはなにもありません。
ぜひ、お気軽にご参加ください◎

0～1歳のせきに注意!

ぜんそく性気管支炎

0～1歳児は気管支が細いうえに、上手にたんを出すことができないため、気管支にたんが絡まって炎症を起しやすくなります。これが「ぜんそく性気管支炎」です。呼吸するとゼロゼロと音がしたり、せき、発熱などの症状が出ます。熱があつて息苦しそうときや、せきがひどくて眠れないときは、夜中であつてもすぐに受診してください。

室内の加湿と換気、こまめな水分補給を心がけて、せきを楽にしてあげましょう。



保健コーナー

足の爪が運動機能に関係している!?

足の爪の切り方で、【ふんばる】力が変わると言われています。正しい爪の切り方をしていると、地面から足に圧力がかかったとき、足の指先全体で地面を押し返すことができ、しっかり足を踏み込むことができます。結果的に、体のバランス・姿勢を保つ能力の発達にもつながり運動機能を整えることができ、扁平足（足の裏の土踏まずが浅かったり、ふくらんでいる）の予防になります。

ちょっとしたことです。日々のケアで、赤ちゃん期から積み重ねていくと、運動機能への影響だけではなく、巻き爪対策にもなりますよ♪

親子で意識して、“爪ケア”してみませんか?



参考：医療法人社団 育心会、湘南巻き爪矯正院HP



子育て支援課
TEL 0978-72-5114