



秋の訪れと共にかわいい虫の音が聞こえてくるようになってきました。親子で秋の発見を楽しんでください。

・子育て支援センターの事業は、精華町在住の方に限ります。

◆◆◆すくすくフリースペース とっとこひろば “歯っぴー講座”◆◆◆

初めての歯磨き、疑問もでてきますよね。子どもの歯について歯科衛生士さんと一緒にお話ししましょう。

◎日 時 10月7日(火) 午前10時30分～11時30分

◎場 所 子育て支援センター

◎対象者 町内在住で未就園の1歳6か月以上(開催日現在)の子どもと保護者

◎担当 歯科衛生士



◆◆◆パパママ講座「赤ちゃんパパ」◆◆◆

子どもの成長はあっという間です。パパも赤ちゃんとの時間を楽しみましょう！

日 時 10月25日(土)
午前10時～11時30分(変更の場合あり)
予約受付 10月1日(水)～10月15日(水)

日 時 11月29日(土)
午前10時～11時30分(変更の場合あり)
予約受付 11月4日(火)～11月19日(水)

◎対象者 町内在住で未就園の2か月～12か月まで(開催日現在)の子どもと父親

◎場 所 保健センター

◎講師 岡 いくよ氏(助産師)



◆◆◆つながい野外ひろば “なかよし”

「A:けいはんな記念公園」「B:鳥谷公園」◆◆◆

申し込みは不要です

自然にいっぱいふれながら、地域の公園や広場で一緒に遊びましょう。

◎日 時 A:10月24日(金) B:10月31日(金) C:11月12日(水)

いずれも午前10時15分～11時30分

◎場 所 A:けいはんな記念公園(精華台) B:池谷公園(桜が丘) C:鳥谷公園(光台)

◎対象者 町内在住で未就園の子どもと保護者

※雨天など悪天候の場合は中止になります。(当日8時30分現在の状況で判断します。中止かどうか分からない場合は、8時30分～8時50分の間に支援センターまでお問い合わせください。)

※現地集合、現地解散になります。公園付近には駐車場がない為、徒歩・自転車、公共交通機関にてお越しください。



◆◆◆子育てふれあい教室「第3回わらべうたあそび」◆◆◆

赤ちゃんとのスキンシップは大切です。わらべうたを通して親子のふれあいを楽しみましょう。

◎日 時 11月14日(金) 午前10時15分～11時15分

◎場 所 照光寺(祝園地区)

◎講師 わらべうたサークル“おてんとさん”奥 朗子 氏

◎対象者 町内在住で未就園の6か月～1歳6か月まで(開催日現在)の子どもと保護者

◎定 員 親子8組程度

◎申込期間 10月27日(月)～11月5日(水)

◆◆◆親子でやる気スイッチ講座◆◆◆

体を動かしながら、子育てのコツを学びましょう。※2回シリーズです。



- ◎日 時 11月18日(火) 11月25日(火)
午前10時15分～11時15分 (受付は午前10時00分～10時10分)
- ◎場 所 むくのきセンター 多目的ホール(4階)
- ◎内 容 親子でできるふれあい遊びや運動遊び
- ◎講 師 運動遊びクラブ スイッチ 代表 杉島 尚徳 氏
- ◎対 象 者 町内在住で未就園の1歳6か月以上(開催日現在)の子どもと保護者で全2回に参加できる方
- ◎申込期間 10月20日(月)～11月5日(水)

◆◆◆1歳からのぴよぴよサロン◆◆◆



赤ちゃんサロンを卒業した方、あつまれ!親同士みんなで子育ての話をしましょう。

日 時 11月7日(金) 午前10時～11時30分 予約受付 10月22日(水)～10月29日(水)	日 時 12月5日(金) 午前10時～11時30分 予約受付 11月19日(水)～11月26日(水)
--	--

- ◎場 所 保健センター
- ◎対 象 者 町内在住で未就園の1歳以上(開催日現在)の子どもと保護者

◆◆◆食育講座 離乳食「後期・完了期編」◆◆◆

離乳食の進め方や必要性など、見学実習を通して楽しく学びます。

- ◎日 時 11月11日(火)
午前10時～11時30分(受付:午前9時40分～9時55分)
- ◎場 所 むくのきセンター調理室(3階)
- ◎講 師 精華町立保育所 管理栄養士
- ◎対 象 者 町内在住で未就園(開催日現在)の子どもと保護者
- ◎内 容 離乳食の後期・完了期編
- ◎参 加 費 400円(親のみ試食します。)
- ◎申込期間 10月14日(火)～10月29日(水)
- ◎そ の 他 託児があります。対象は2か月～就園前の子どもです。



◆◆◆子育て応援講座「子育て講座」◆◆◆

子どもの発達に合ったおもちゃで遊びながら子育てのコツを学びます。

- ◎日 時 11月17日(月) 午前10時～11時30分(受付:午前9時40分～9時55分)
- ◎場 所 精華町交流ホール(町役場2階)
- ◎講 師 キッズいわきぱふ代表 岩城 敏之 氏
- ◎内 容 「笑って学ぶ子育てのコツ～子育てはみんなでする未来の人材育成～」
- ◎対 象 者 町内在住の就学前までの子どもを持つ保護者
- ◎定 員 先着20組程度(託児はありません。親子で一緒に遊びながら学びます。)
- ◎申込期間 10月29日(水)～11月5日(水)

町内保育所とのタイアップ講座です。

◆◆◆パパママ講座「ふれあい運動遊び」◆◆◆

親子で体を使ったふれあい遊びや色々な運動遊びを楽しみましょう。

- ◎日 時 12月9日(火) 午前10時15分～11時15分
- ◎場 所 こまだ保育所 ホール
- ◎講 師 深見 智洋 氏(幼児体育指導員)
- ◎対 象 者 町内在住で未就園の1歳6か月以上(開催日現在)の子どもと保護者
- ◎内 容 親子で楽しめるふれあい遊び・運動遊び
- ◎申込期間 11月17日(月)～11月26日(水)



◆◆◆子育て支援センター20周年イベント◆◆◆

子育て支援センターは開設して20年目を迎えました。20周年を記念して、

「吹奏楽団ベリーズけいはんな」の演奏を聴いて、ゆったりとした時間を過ごしませんか。

- ◎日 時 12月15日(月) 午前10時～11時30分
- ◎場 所 精華町役場交流ホール(町役場2階)
- ◎対 象 者 町内在住で未就学の子どもと保護者
- ◎内 容 吹奏楽団ベリーズけいはんなによる演奏会他
- ◎申込期間 11月18日(火)～11月27日(水)

この日の
『よちよちひろば』は
お休みです。



お誕生日のつどいは、その月生まれのお友達が集まって、みんなでお祝いをします。身体計測をした後、誕生日カードに手形を押したり、楽しいシアター(手遊び、ラミネートシアター)もあります。

10月生まれ”お誕生日のつどい”

日 時 10月17日(金)
午前10時～11時30分
予約受付 10月1日(水)～10月10日(金)

11月生まれ”お誕生日のつどい”

日 時 11月21日(金)(変更の場合あり)
午前10時～11時30分
予約受付 11月4日(火)～11月14日(金)

場 所 子育て支援センター

参 加 費 200円

☆リズムであそぼう☆ ※詳しくは各保育所にお問合せください。

町内在住で未就園のお子さんと保護者を対象に、音楽に合わせて踊ったりふれあい遊びをする楽しいリズムあそびです。

《後期(10月～)の予定》

- ◇講 師 石角 朋美先生(音楽指導者)
- ◇対 象 者 町内在住で未就園の子どもと保護者
- ◇場 所 予定表の保育所
- ◇日 程 予定表の日程

町ホームページから「リズムであそぼう」を検索。



保育所名	実 施 日 程				
こまだ保育所 (Tel.94-3400)	10/21 (火)	11/18 (火)	12/16 (火)	令和8年 1/20 (火)	令和8年 2/17 (火)
いけたに保育所 (Tel.72-3530)	10/9 (木)	11/13 (木)	12/11 (木)	令和8年 1/8 (木)	令和8年 3/12 (木)
ほうその保育所 (Tel.94-3530)	10/22 (水)	12/10 (水)	令和8年 1/28 (水)		

★お申込みはこちら!★

町ホームページまたはスマートフォンで右の
二次元コードからお申込みください。

または、Instagramのプロフィール欄
からお申込みください。



★Instagram★

事業の様子などを載せています。

「精華町子育て支援センター」で検索。

もしくはQRコードを読み取ってください。



@KODOMO2005KOSODATE



食育だより



だいすきがいっぱい！

好きなもの、食べたいものを増やそう！

1歳を過ぎたころから、子どもの好き嫌いが出てきます。苦手な食べものの原因は、苦み、匂いの強いものが多いようです(どんな食べものか確認しておきましょう)。調理法や味付けを工夫すると食べられるようになることもあります。

☆苦手な食べものがある時に気をつけたいことは

- ・食べないからと食卓に出さないこと。
- ・無理強いして食べさせないこと。

いろいろな食品に出会えるような食卓を用意して、一緒に食べる大人がおいしそうに何でも食べることが、子どもの好き嫌いをなくす一番の方法です。

(食事相談から)

- ・「トマト、なすを食べてくれないんです」これらの旬は夏ですので、冬にトマトやなすを無理に食べる必要はありません。
 - ・「ブロッコリーや大根を嫌がります」ブロッコリーや大根の旬は冬です。次の冬になって食べられたらいいですね。
- それぞれの季節にある旬の食べ物をしっかり食べて、好きなものを増やしましょう。

簡単おやつレシピ モンブランパン

〈材 料〉 (作りやすい分量 食パン2枚分)

6枚切り食パン	2枚
さつま芋(皮をむいたもの)	100g
砂糖	10g
バター	8g
牛乳	30～40g
いりごま(黒)	少々
さつま芋の皮	5mm角 (飾り用) 適宜



フォークを使って線を書くのは、お子さんでもできるので一緒にやってみましょう。
何度でもやり直しができるので、うまくできなくても大丈夫！

〈作り方〉

1. 皮をむいたさつま芋は、1cmの輪切りにして水にさらし、アク抜きをする。さつま芋を鍋に入れ、水を入れて茹で、軟らかくなったら、湯を捨てて水分を切る。(飾り用のさつま芋の皮も一緒に茹でて軟らかくなったら取り出しておく)
2. ボウルに1を入れ、マッシャーで芋をつぶし、砂糖、バターを加えてよく混ぜる。牛乳を加えながら固さを調整し、モンブランクリームを作る。(なめらかに仕上げたい場合は、裏ごしする。)
3. 食パンに2のクリームを厚めに塗り、フォークで模様をつけて、好みの大きさに切り、さつま芋の皮といりごまをかけて仕上げる。

精華町子育て支援センター (こまだ保育所内)

TEL 98-4001 FAX 94-3780

E-mail kosodate@town.seika.lg.jp

子育て支援センターだより令和7年度10,11月号(Vol.7-4)は精華町ホームページでご覧いただけます。精華町ホームページ⇒子育て・教育⇒子育てを楽しむ⇒子育て支援センター⇒精華町子育て支援センターだより