

令和８年11月1日発行
子育て支援センターくるる
（本町２丁目 アップルとおかまち内）
開館時間　９：00～12：00
13：30～17：00
休館日　水曜日・祝日・年末年始
電話　025 - 757 - 1008（ＦＡＸ兼用）
Mail　t-kururu@city.tokamachi.lg.jp

十日町市 LINE

11月は旧暦で「霜月（しもつき）」と呼ばれています。聞いただけで震えてしまうような月名ですが、その名の通り「霜が降りる月」が由来と言われています。冬に向かって朝晩の冷え込みも厳しくなってきます。衣服の調節や体調管理に気をつけながら、寒さに負けず元気に過ごしましょう。

今月もみなさんのお越しをお待ちしています。

11月の予定（講座・行事の時も通常の利用が可能です）

日	月	火	水	木	金	土
1	2☆★ はいはいアスレチック （9:00～15:00）	3 休館日 （文化の日）	4 休館日	5★ よちよちタイム 〈おひさまスタッフ〉 （10:30～11:00）	6☆★ 親子はみがき教室 〈在宅歯科衛生士〉 （10:00～12:00） 予約制	7
8	9☆★ はいはいアスレチック （9:00～15:00）	10☆★ ごはんとおやつの話 〈子育て支援課 管理栄養士〉 （10:00～11:30） 予約制	11 休館日	12☆★ こどもの事故と応急手当〈救急救命士〉 （10:00～11:00） 予約制	13☆★	14
15	16☆★ はいはいアスレチック （9:00～15:00）	17☆★ ベビースキンケア教室 （10:00～11:30） 予約制	18 休館日	19☆★ つくってあそぼう （9:00～15:00）	20☆★ つくってあそぼう （9:00～15:00）	21
22	23 休館日 （勤労感謝の日）	24☆★	25 休館日	26☆★	27★ わくわく誕生会 「バルーン遊び」 （10:30～11:00）	28
29	30☆★ はいはいアスレチック （9:00～15:00）	※育児相談・身体測定は日曜日を除く毎日しています（身体測定を希望する方はフェイスタオルをお持ちください）				



今月は「はこべるおもちゃ箱」作りです
数に限りがあります



☆11時～★15時～　『サンサンたいそう』、ふれあい遊び、絵本の読み聞かせやペープサートなど。

☆教室や講座は開催日の１か月半前から予約開始です。

〈12月の予定〉

１日（火）	はじめてのベビー体操
４日（金）	ベビーマッサージ教室
７日（月）	ごはん相談室
11日（金）	わくわく誕生会
14日（月）	つくってあそぼう
15日（火）	つくってあそぼう
18日（金）	親子はみがき教室
22日（火）	クリスマス会

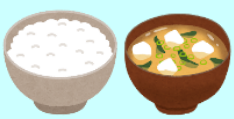


ごはんとおやつの話

離乳食を進めるコツやこどもにとってのおやつの役目など、食事のポイントを聞いてみませんか。

講師：子育て支援課
高橋忍　管理栄養士
日時：11月10日（火）
10:00～10:40（講話）
10:40～11:30
（個別相談）
内容：乳幼児期の食事について
定員：８組
申込：来館時または電話で予約をしてください





ベビースキンケア教室

講師　RTA指定スクール＆おうちスタジオ さっちゃんランド
上村紗智さん

日時：11月17日（火）
10:00～10:30
（講話）
10:30～11:30
（個別相談）
内容：保湿について
定員：７組
申込：来館時または電話で予約をしてください

正しいケアの仕方を学びましょう



コンサート大盛況でした！







10月14日「親子なかよしコンサート」が行われ親子48名が参加しました。
エレクトーン演奏と生の歌声に引き込まれ、こどもも大人も心温まるひとときを過ごしました。

プログラム

1.となりのトトロ
2.くりくりマーチ
3.紙芝居「7人のこびとの冒険」
4.アンパンマンマーチ
5.トントントントン　アンパンマン
6.紙芝居「こねずみチュウタ」
7.サンサンたいそう
8.むすんでひらいて
9.にじ
10.ディズニーファンタスティックメドレー

誕生月に親子で手形付きの誕生カードを作ることができます ※日曜を除く

- 対 象 児：0歳～小学6年生まで
- 作成期間：誕生月の前後一か月



※作りたい方は職員にお声掛けください。
※来館者の状況によってはすぐに対応できない場合があります。

「はじめてのベビー体操」に参加しませんか

親子のふれあい遊びを通して、お子さんの発達に必要なバランス感覚を育てましょう。

講　師：パーソナルジム　Ludeーリュデー
　　パーソナルトレーナー　金井　極さん
日　時：12月1日（火）
　　10:00～10:40 親子で体操
　　10:40～11:30 個別相談
会　場：くるる　多目的室
定　員：7組
対象者：概ね0歳～1歳の親子
申　込：来館時または電話で予約をしてください



前回の様子



New!! ハウス大人気！



くるるのハウスが新しくなりました。最近の人気ナンバーワン遊具です！
友だちといっしょに入ったり、自分だけの空間を楽しんだりと遊び方はいろいろ。
遊びにきてね♪

11月のふれあい遊び　「ラララぞうきん」



1.ラララぞうきん　ラララぞうきん　ラララぞうきんをぬいましょう
　チクチクチクチクチク　チクチクチクチク　チクチクチクチクぬいましょう
2.ラララぞうきん　ラララぞうきん　ラララぞうきんをあらいましょう
　ザブザブザブザブザブ　ザブザブザブザブ　ザブザブザブザブあらいましょう
3.ラララぞうきん　ラララぞうきん　ラララぞうきんをしぼりましょう
　ギュッギュッギュッギュッ　ギュッギュッギュッギュッ　ギュッギュッギュッギュッしぼりましょう

お子さんとの触れ合いを楽しみましょう！