



府中市 地域子育て支援センター

「はぐ」すみよし10月

府中市住吉町2丁目30番地の47

☎042-351-3701

開設時間 午前9時30分～午後4時
(土日祝日・年末年始を除く)

ちゅうバス 南町・四谷循環ルート
住吉保育所バス停下車徒歩3分

朝晩が涼しくなり日中も過ごしやすくなりましたね。

お散歩や外遊びも気持ち良い季節になりました。外に出て木の葉が色づき始めるのを見たり、どんぐりを見つけたりするのも楽しいですね。

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					園庭開放	
3	4	5	6	7	8	9
		園庭開放		ポップコーン 四谷文化センター 2歳児 10:00～11:00	園庭開放	
10	11	12	13	14	15	16
		園庭開放 ポップコーン 総合体育館 2歳児 10:00～11:00		ポップコーン 四谷文化センター 1歳児 10:00～11:00	園庭開放	
17	18	19	20	21	22	23
ポップコーン・パパ 10:00～11:00	あおぞら 住吉町公園 14:00～ 15:00	園庭開放 ポップコーン 総合体育館 0歳児 10:00～11:00	講座 住吉文化 センター 10:00～ 11:00	ポップコーン 四谷文化センター 0歳児 10:00～11:00	園庭開放	
24	25	26	27	28	29	30
		園庭開放 ポップコーン 総合体育館 1歳児 10:00～11:00		すきっぷ フチュール 0～3歳児 10:00～11:00	園庭開放	
31						

園庭開放

住吉保育所の園庭に遊びにきませんか。

毎週火・金曜日
11:00
～12:00
予約不要

※他の公立保育所でも行っています。曜日が違います。ご確認ください。

★あおぞら
(住吉町公園)
は、予約不要。
公園で一緒に遊びませんか。
新型コロナウイルス感染症の状況を見ながらソーシャルディスタンスに気をつけながら、行います。

「はぐ」すみよしで受付けている子育てひろばの予約は
電話番号
042-351-3701
受付時間
10:00～15:00

「ポップコーン・パパ」

住吉保育所に来て、お子さんとパパで一緒にあそびませんか。

10月17日(日)
10:00～11:00
対象：0歳から3歳のお子さんとパパ

予約は、「はぐ」すみよしへ
※他の地域子育て支援センター「はぐ」と小柳・本町保育所でも実施しています。

ポップコーン

- ・四谷文化センター
- ・総合体育館

すきっぷ

- ・フチュール

電話予約は
「はぐ」すみよし
※各子育てひろばの予約は、地域子育て支援センター「はぐ」にて受付けています。

「はぐ」すみよし
月曜日から金曜日
予約制
開催時間は、
午前は 10:00～12:00
午後は 13:30～15:30



各ひろばにお越しの際は、

- ご家庭での検温、お子さんの体調の把握、大人の方はマスクの着用をお願いします。
- お子さん、同居のご家族に発熱症状等があった場合には、ご利用をお控えください。また、ひろばご利用後にお子さんやご家族がPCR検査を受けた場合、感染が判明した場合は、速やかにご連絡ください。
- お部屋に入ったら手洗いをお願いします。
- ひろば内では、距離を保って遊びましょう。



子育て相談

「はぐ」では、育児相談を受付けています。子育ての中で困ったこと心配なことがありましたら職員にご相談ください。

栄養士や看護師もいますので、遠慮なく声をかけてください。



「はぐ」講座のご案内 「作って遊ぼう！」



「はぐ」では、子育て講座を行っています。10月は、講師の方を迎えて住吉文化センターで手づくりおもちゃ「おさんぽワンちゃん」を作ります。

日時 10月20日(水)

10:00~11:00

場所 住吉文化センター

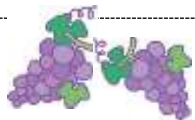
内容 ペットボトルを使って作ります。

講師 孫田 純子氏

予約 10月1日から「はぐ」すみよしにて

お誕生日おめでとう

お誕生日のお友だちに
誕生カードをお渡ししています。
身長体重測定も行いますので、
受付で声を掛けてください。



秋の味覚といえば、皆さんは何ですか？

秋といえば「食欲の秋」なぜそう言われるのかということ、栄養価が高くおいしい食材が実り、収穫される季節だからということです。

そんなおいしいものがたくさんこの季節、果物・魚・野菜に分けて紹介します。

果物…ぶどう・梨・柿・栗・銀杏

魚…サンマ・牡蠣・カツオ・鮭

野菜…きのこ類・レンコン・さつまいも・じゃがいも・かぼちゃ

果物の中に栗や銀杏がありますが、木に実るので果物だそうです。

いろいろな食材がおいしい季節、炊き込みご飯やみそ汁、スープ、炒め物などの具材にすると良いですね。

ぶどう(巨峰など大きい粒のもの)は、食べる時はとった側から皮をむくのではなく頭の方からむくと薄くむくことができ、ぐっと甘いようです。(むいて食べてみましたが、ちょっと慣れないとむきづらいですが、果汁はあまり出ないようでした。)

また、一粒ずつハサミでへたから切り取り冷凍しておくとしばらくおいしく保存できるようです。冷凍したぶどうは、そのまま食べてもシャーベットみたいでおいしいですが、少し常温で置いてから食べるとみずみずしく食べられるようです。小さいお子さんは、のどに詰まらせないように気を付けて食べるようにしてくださいね。

