



10月「はぐ」すみよし

秋風が心地よい季節になり、秋の訪れを感じます。どんぐりやバッタ、赤とんぼ、栗や柿の実など、「はぐ」や子育てひろばに来る途中の道すがら、素敵な秋に出会えるかもしれませんよ。また、園庭開放で遊ぶのも楽しい季節になりました。ぜひ遊びに来てください。一緒にたくさん遊びましょう。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|--------|--|--|--|--|---------------------|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| | | | | 「ポップコーン」 四谷文化センター (遊戯室) 0歳 10:00~11:30 | はぐっとセミナー 「感染症対策について」 10:00頃~ 14:30頃~ 園庭開放 10:30~12:00 | |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| | | 「ポップコーン」 総合体育館 1~3歳 10:00~11:30 園庭開放 10:30~12:00 ★住吉保育所 スポットタイム | | 「ポップコーン」 四谷文化センター 1~3歳 10:00~11:30 | | 園庭開放 10:30~12:00 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| | スポーツの日 | | ★本町保育所 スポットタイム | 「すきっぷ」 フチュール 0~3歳 10:00~11:30 | | 園庭開放 10:30~12:00 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| ポップコーン・ パパ 10:00 ~11:30 住吉保育所 福祉まつり | | 「ポップコーン」 総合体育館 0歳 10:00~11:30 園庭開放 10:30~12:00 | | 「ポップコーン」 四谷文化センター 0歳 10:00~11:30 | | 園庭開放 10:30~12:00 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |
| ポップコーン・ パパ 10:00 ~11:30 本町保育所 | | 「ポップコーン」 総合体育館 1~3歳 10:00~11:30 園庭開放 10:30~12:00 | はぐ子育て講座 「はぐ de 仮装パ ーティー★トリッ クオアトリート☆」 10:00頃~ 14:30頃~ | 防災講座 住吉文化センター 「水害について」 10:00~11:30 | | 園庭開放 10:30~12:00 |

「はぐ」すみよし問合せ
府中市住吉町
2丁目30番地の47
TEL...042-351-3701
【開設時間】月~金(祝日を除く)
午前の部... 9:30~12:00
午後の部... 13:30~16:00
【もぐもぐタイム】
(飲食可能な時間)
12:00~12:30
※もぐもぐタイムの利用は午前中の
ひろばを予約した方に限ります。
【対象】
0歳~就学前児と保護者、
妊娠中の方
【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

**子育てひろば
「ポップコーン」**
【総合体育館 武道場】
10月 7日(火) 1~3歳
21日(火) 0歳
28日(火) 1~3歳
【四谷文化センター】
10月 2日(木) 0歳
9日(木) 1~3歳
23日(木) 0歳
地域の子育てボランティアと
保育士がお待ちしています。

**子育てひろば
「すきっぷ」**
【男女共同参画センター
「フチュール」】
10月 16日(木) 0~3歳
子育ての情報交換や
おしゃべりを楽しみましょう。

HAPPY BIRTHDAY!

誕生月のおともだちに、誕生日カードをプレゼントします！
スタッフにお知らせください。身長体重測定も行います！



全ての子育てひろば・子育て講座の
予約はLINEで受け付けています。
※子育てひろば・子育て講座は、
30日前から予約可能です。
※同一名の子育て講座の予約は**各月1講座**
1回のみ予約可能です。

@fuchu-city

子育て相談 いつでもどうぞ!
「はぐ」には保育士や子育て支援
員がおり、お子さんのことや育児
で心配なことなど、気軽に相談す
ることができます。
また、保育所の栄養士や看護師
にも食事や健康のことなども聞
くことができます。ご遠慮なく声
をかけてください。

10月の予定

* はぐっとセミナー「健康講座」*

日時：10月3日（金）

10：00頃～／14：30頃～

会場：「はぐ」すみよし ひろば室

内容：「感染症対策について」

住吉保育所看護師によるお話と、
保育士のちょっとしたお楽しみの回となります。

講師：住吉保育所 看護師



* 「はぐ」講座 *

日時：10月29日（水）

10：00頃～／14：30頃～

会場：「はぐ」すみよし ひろば室

内容：「はぐ de 仮装パーティー☆トリックオアトリート☆」
みんなでおもちゃ探しをします。当日は仮装OK！
楽しみましょう！



* 出張子育てひろば「防災講座」*

日時：10月30日（木）

10：00～11：30

会場：住吉文化センター 講堂

内容：水害が起きた時の対応や市内の防災情報など
講師：府中市防災危機管理本部職員



福祉まつり

（あったか府中ささえあいまつり）

日時：10月19日（日）

10：00～16：00

会場：けやき並木通り・ペDESTリアンテッキ

内容：各参加団体による展示PR や体験活動

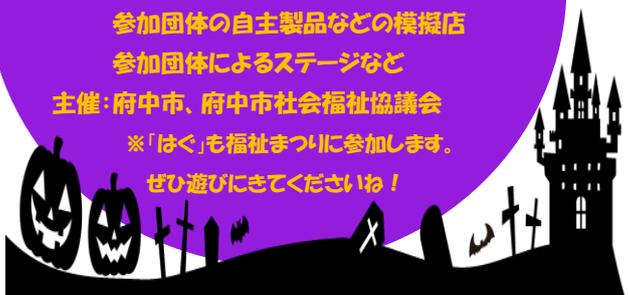
参加団体の自主製品などの模擬店

参加団体によるステージなど

主催：府中市、府中市社会福祉協議会

※「はぐ」も福祉まつりに参加します。

ぜひ遊びにきてくださいね！



★はぐっとセミナー★ 「食育講座」

日時：11月26日（水）14：30頃～

会場：「はぐ」すみよし ひろば室

内容：「風邪に負けない！

免疫を高めるごはん」

住吉保育所栄養士によるお話と、
保育士のちょっとしたお楽しみの回と
なります。

講師：住吉保育所 栄養士

★ぴーかーぶー★

日時：11月7日（金）、11月14日（金）14：00～15：30

※「はぐ」ひろば室は13：30～16：00の間ご利用可能です。

対象：令和6年12月～令和7年8月生まれ

会場：「はぐ」すみよし ひろば室

内容：赤ちゃんのひろばです。

ふれあい遊びや保護者同士のおしゃべりを「はぐ」の
お部屋で楽しみましょう♪（2週連続開催のひろばです）

予約：会場・日程を選択しLINEにてご予約ください。

予約は1回限りです。

※「はぐ」全館で開催しています。詳細はHP または「はぐ」掲示板の
ポスターをご覧ください。



今月は **かぶ**

【この時期の「旬」の野菜ってな～に？】

～栄養豊富なかぶを、葉も実も丸ごと食べよう！～

かぶの葉は抗酸化作用の高いβカロテンが含まれ、アンチエイジングや
目、皮膚の健康に効果があります。ビタミンCは実の4倍含まれていて、特に
生で食べるとより効果的にストレスから身を守る効果がアップします。

また、実にはビタミンCやカリウム、アミラーゼなどの栄養が豊富に含まれて
おり、胃もたれや胸やけなどの症状を改善する効果があります。そして、免
疫力を高め、抗がん作用も期待できる栄養素も含まれています。

