



地域子育て支援センター

しんまるこ

2025年 11月号

TEL : 070-3343-9880 (開所時間内)

Mail: kosodate.shinmaruko@gmail.com

<https://note.com/midorinakurashi>

住所：中原区新丸子町691-7

新丸子こども文化センター内

委託運営団体：NPO法人みどりなくらし



地域子育て支援センターは、0歳から就学前のお子さんと保護者がいつでも立ち寄って遊んだり、おしゃべりしたり、のんびり過ごせる場所です。出入り自由です。プレママ・プレパパもどうぞ♪



☆開所日：月・水・金（祝日も開所しています）時間：9時半～12時半（時間内は出入り自由）

日	月	火	水	木	金	土
26		28		30		1
2	3 文化の日 祝日も開所しています	4	5	6	7 わくわく工作	8
9	10 わくわく工作 離乳食相談 (予約制)	11	12	13	14	15
16	17 ふれあい歌あそび	18	19 いしちゃん とあそぼう	20	21	22
23	24 振替休日 祝日も開所しています ちいさな音楽会	25	26 お誕生日会 (予約制)	27	28 骨盤体操と セルフケア	29
30						

☆身体測定・・・開所時間内でしたらいつでも計測できます。

☆わくわく工作・・・11月7日・11月10日 9時30分～12時 ※詳細は裏面をご覧ください。

☆離乳食相談・・・11月10日 9時45分～12時10分 ※詳細は裏面をご覧ください。

☆ふれあい歌あそび・・・11月17日 10時30分～11時 リトミック講師あせちさんがきます！

☆いしちゃんとおあそぼう 11月19日 10時～12時 ※詳細は裏面をご覧ください。

☆ちいさな音楽会・・・11月24日 10時30分～11時 みんなで楽しく歌いましょう♪

☆お誕生日会・・・11月26日 11時～11時30分 11月生まれさんとハーフバースデー（5月生まれ）対象
※ご希望の方は、2日前までにご予約をお願いします。

11月3日より予約受付開始（来所・開所時間内に電話）

☆骨盤体操とセルフケア 11月28日 10時30分～12時 産後のママたちがお家でできるストレッチや骨盤体操。
動きやすい服装でお越しください。

〇〇〇みなさまへ〇〇〇

来所の際には、手洗い・アルコール消毒・おもちゃ使用後の除菌のご協力をお願いいたします。

(発熱・咳等の症状のあるお子さんや保護者はご遠慮願います。)

混雑時の滞在時間は1時間ほどとなります。ご不明な点は、スタッフにお気軽にご相談ください。

子育て等の相談は、お電話でもできます。☎ 070-3343-9880

お友達登録・追加してね♪



♡ 離乳食でHappy Smile ♡

離乳食インストラクター コラム

【食材チェックリストの向き合い方】

毎日の離乳食、お疲れさまです！

今日は、離乳食アプリや本にある【食材チェックリスト】についてのお話です。

「ヒラメを探しているけど売ってない…」

「白身魚の欄が埋まらない」

そんなふうに悩んでしまうママも多いですが、実はチェックリストは全部クリアしなくて大丈夫！ヒラメがなくても、他の白身魚を食べられればOKですし、魚にこだわらず肉や卵、豆類など、他のたんぱく質を進めても大丈夫です。野菜ひとつひとつのアレルギーを心配し過ぎる必要もありません。

食材を選ぶときは、

- ・旬の食材を中心に（おいしくて栄養価が高い）
- ・赤身の肉魚や卵・緑黄色野菜もバランスよく
- ・家族みんなで楽しめるものを
- ・アレルギー表示28品目は適切な時期に

この4つを意識すれば十分です。

チェックリストは参考程度でOK！

必要な栄養を意識しながら、楽しく美味しく食べましょう。

ちいさな離乳食教室HappySmile

たいなかゆきこ



〇〇〇わくわく工作〇〇〇

11月7日・10日 9時30分～12時

つくってあそぼう♪ キラキラ☆マラカスです。
芸術の秋をいっしょに楽しみましょう♪

〇〇〇離乳食相談〇〇〇

11月10日 9時45分～12時10分

※事前予約制：先着10組

11月3日より予約受付（来所・開所時間内に電話）

※お困りなこと（離乳食の形状・食べ方・座り方など）を写真や動画に撮ってお持ちいただいてもOKです！

幼児食についてもご相談できます！

離乳食インストラクター：たいなかゆきこさん

〇〇〇いしちゃんとあそぼう〇〇〇

11月19日 10時～12時

街の保育士いしちゃんと一緒に楽しく遊びましょう♪ パネルシアターやふれあいあそび、子育てあるあるサミットなどなど・・・
みなさんと一緒にお話ししてみませんか。

NPO法人みどりなくらし～身の丈で半歩先へ～

E-mail midorinakurashi@gmail.com

HP <https://midorinakurashi.jimdo.com/>

