







【9月の予定】
+手形足型アートをしましょう+

月	火	水	木	金
29	30	31	1	2
5	6	7	8	9<要予約>
← 1時間一組 来所相談 →				絵本作り
12	13	14	15	16
19	20<要予約>	21	22	23
敬老の日	親子 体操教室			秋分の日
26	27	28	29	30
	 小松助産師来所			キンダーママ の企画会

ひまわり印はおいでの日

高知県における新型コロナウイルス感染症対応の目安が

- ① **特別対策**に引き上げられているため
9:00~15:00の間(12:00~13:00除く)
一時間毎の来所相談のかたちで開所しています。
*16日(金)までの予定
- ② **特別警戒**に下がると
9:00~12:00まで 5組
13:00~15:00まで 1組毎の来所相談
*ランチタイムはありません
~ 電話予約の上どうぞ来てください!
ちょっとだけでも…はなしにおいで!~

たのしかったね! プール遊び

密をさけておこなったプール遊び♪
今年はお天気が続いて(暑かったあ!)大きなプールでも
みんな怖がることなく、フープくぐりやワニ泳ぎ、“ざぶーん”
前にとぶこともできましたね!(すごい!!)
今年も事故や怪我がなく無事に終えることができました。
ご理解とご協力ありがとうございました。
*今年はコロナの感染拡大で、17日からできなくなってしまい
少し短い期間でしたが…
また来年! たのしみましょうね!

地域子育て支援センター キンダーガーデンおおしの
☎ 088 (863) 5515 (平日 8:30~17:00)
お申込み・悩んだ時・困った時
誰かと話したくなった時 お電話ください!

キンダーガーデンおおしのだより

<2022年9月2日発行> 文責:高木

三年ぶりの・・・という言葉を目にする事の多かった夏。
三年ぶりの行動制限のなかった夏を楽しめましたか?
楽しみのあとのステージの引き上げに、只今「できるかたちで!」と開所中です。
子ども同士やママ同士のおしゃべりはできないのですが…
あなたのための一時間! どうぞ来て下さい!
前日に予約も受け付けています。ちょっとだけおしゃべりしましょ♪

+マタニティママ集まれ+おしゃべりしましょ

	6/済	8/済	11/5(土)	2023 2/4(土)
時間	9:30~11:30			
場所	キンダーガーデンおおしの			
定員	各5名			

産後6カ月くらいまでのママも どうぞ!
気軽にお電話ください!

8月16日の2回目には
1名のプレママと2名の
ママの参加がありました
「何から準備したらいい?」
「復帰はいつしたらいい?」
新しい家族を迎えるいっばいの
喜びと、少しの不安な気持ちが
伝わってきました。
ダイジョウブ!
いっしょに考えましょ♪

次回は11月5日(土)です
おしゃべりしましょ♪

世界にひとつだけの絵本をつくろう ② ~たいせつなあなたへ~

8月26日に[児童家庭支援センター高知みその]さんとの
コラボ企画として<世界にひとつだけの絵本>をつくりました
県のステージの引き上げにともない、予定を少し変更して1時間一組限定
でやってみました。

限られた時間のなか…
世界にひとつだけの
素敵な絵本ができあがりました。
とてもいい時間になったので…



2回目も計画しました
日時:9月9日(金) ① 9:00~ ② 10:00~ ③ 11:00~
定員:1時間一組(只今 申込み受付中)
参加費:無料
持ち物:母子手帳/(あれば)お気に入りの写真 など
* 高知みそのの支援員の方が講師として来てくださいます

~ いっしょにつくってみませんか!? ~



**キンダーママ
ブログやってます!**

ママ目線の情報や日々のつぶやき
開所予定・毎月のお便りなどを発信
しています。
みて みて ください!

ちょっとお悩みを

イライラすることありませんか?!

コロナ禍で閉じこもる時間が長くなって、子どもも大人もストレスたまっているかも…という声が聴こえて
きています。何となくイライラしているのは、あなただけではありません。
大人も自分を大切に!
「イライラ= 悪」ではないので、自己嫌悪に陥らないで
「イライラは、環境に改善点がある、時間の配分を変える必要があるなど、何かしらのサイン。たとえば子ども
が衣類を出せずイライラするときは、子ども目線で確認すると、タンスが高すぎた、と改善点に気付きます。
時間が足りない時は、パートナーと家事分担を見直すなど、イライラを気づきに変えて、少しずつトライアンド
エラーをくり返すと状況はよくなります。大人が余裕をもてると、子どものしあわせにもつながりイライラも減
らせます。そのためには、大人も自分のケアを。また、子どもは自立したいと思っているので、その力を信じる
ことが何より大切です。」
是非イライラをチャンスに変えていきましょう!
【クーヨン 2021・11より抜粋】

キンダーママ企画 みんなで楽しく体を動かそう♪

親子体操教室

日時 9月20日(火) 10:00~11:30
申し込みは直接 または お電話で! Tel. 088-863-5515

講師 シロゾクワゴン
場所 南国市地域交流センターMIARE! (南国市大涌甲) ホール
定員 親子15組 見守り大歓迎です
参加費 無料
水分補給の飲み物と 汗拭きタオルを携帯して下さい



今年3月にオープンした
南国市地域交流センターMIARE(南国市大涌甲2117)での
初めての講座です。ぜひ参加してみてください!
9月1日(木)から 電話または直接申込み受付けます!
お申込みは(863)5515 キンダーガーデンおおしのまで

~ 知っていますか? 産後ケアのこと ~

南国市では、訪問型と宿泊型の産後ケア事業を実施しています
産後ケアはお母さんの心身のケアと育児の支援を目的に、育児相談や
授乳指導などが受けられる事業です。

- ★南国市に住民票がある、市内在住の出産後12カ月未満の
お母さんと赤ちゃんが利用することができます。
- ★月~金(祝日・年末年始を除く)9時~17時まで
利用回数原則2回・1回2時間程度
- ★利用料金 1回500円
- ★ケア内容
(一般社団法人高知県助産師会の助産師さんによる)
乳房ケア/産後の体調についての相談/育児についての助言/支援

【産後ケア申請窓口】

南国市保健福祉センター

〒783-0004 南国市大涌甲320番地 TEL 088(863)7373
*利用についてのご相談はキンダーでもどうぞ!