



食欲の秋、スポーツの秋、実りの秋と楽しみの多いこの季節。皆さんはどんな秋を過ごしたいですか？季節の変化を感じる散歩なども楽しいですが、天候が変わりやすいこの時期、家での過ごし方の一つとして、読書の秋を楽しんでみてはいかがでしょうか。

～絵本の楽しみ方～

大好きな大人の声を聴きながら過ごす読み聞かせの時間は、子どもにとって安心できる時間となります。子どもと一緒に大人も絵本の世界を楽しむことで、子ども自身も絵本が好きになります。遊びの中で読む以外にも様々な場面で絵本を楽しむことができますので、ご紹介します。

食事の前に！

食べ物をテーマにした絵本を読むことでいろいろな食材に興味をもったり、食事が楽しみになったりします。「おいしそうだね」と声をかけながら、食べる真似をすることで一緒に楽しめます。

おでかけの場面で！

身近な自然が出てくる絵本を読むことで、子どもたちの感性が刺激され、お散歩も楽しみに！絵本に出てきたものを一緒に探ることが遊びの一つにもなります。木の実や落ち葉、虫などいろんな発見ができそうですね。

睡眠の場面で！

寝る前は穏やかな内容のものを選ぶと心身ともにリラックスできます。読み聞かせを通して気持ちが落ち着くと、入眠もスムーズになるかもしれないですね。

大人の癒しとして！

絵本は子ども向けと思われがちですが、実は大人向けの絵本もあります。育児に疲れたときに読むと心が安らぐ絵本もあります。ちょっとした時間に読んでみてはいかがでしょうか。

★絵本の貸出を行っています★

*ちあふる・とよひら「りんごのへや」
*豊平区役所3階 こそだてインフォメーション

貸出冊数:1人1冊 貸出期間:2週間

さっぽろ子育て情報
サイトにも、絵本選び
のヒントを掲載して
います。



りんごのへやではそれぞれの場面におすすめの絵本を紹介しています。
生活の中に絵本を取り入れて親子で楽しんでくださいね♪



ちあふる・とよひら

ランチタイム



ランチタイムでは、持参した昼食を食べることができます。いつもと違う雰囲気の中、家族以外の人と食事をする中で、みんなで一緒に食事をする楽しさを感じることができたり、お友達が食べる姿を見て、食べる意欲につながったりするかもしれません。みんなでランチタイムを楽しみましょう。

【りんごのへや ランチタイム】
月曜～土曜 12:00～13:00



「りんごのへや」より



季節の制作



りんごのへやでは、年間を通して様々な制作を行っています。シール貼りやスタンプ、折り紙など簡単な制作が多いので、家での遊びの参考にしてくださいね。

10月は可愛いおばけのバッグを作ります。ハロウィンの雰囲気を盛り上げましょう！

【日時】

10月15日(火)・16日(水)
9:30～11:30/13:30～16:00





10月の予定



カレンダーの予定は変更になる場合があります。

日	月	火	水	木	金	土
		野菜の日 わらべうたであそぼう	2	3	4	5
6	7	8 ちあふるお楽しみ会 子育て講座 「看護師が教える！ 事故の予防と応急手当」	9 栄養士さんの 相談タイム	10 おいでよ！0さい ～はいはいタイム～	11	12
13	14 スポーツの日	15 『ハロウィン制作』	16	17	18	19 食育の日
20 サンデーサロン 10:00～12:00	21	22 おいでよ！1さい ～よちよちタイム～	23	24	25 どれみ&Misa ハロウィンコラボ	26
27	28 リラックス！ ママヨガ	29	30 子育て講座 「おしえて！子育て世代 の防災のコツ」	31	SAPPORO	

わらべうたであそぼう
11:00～

リラックス！
ママヨガ
10:30～

どれみ&Misaの
ハロウィンコラボ
11:00～

ボランティアによるお楽しみタイムがある日です。
詳細はりんごのへやの掲示板で紹介しています。



何でも
聞いてね！

栄養士さんの相談タイム

離乳食の進め方や食べムラなどのお子さんの食事について、ちあふる・とよひらの**栄養士**が個別に相談をお受けします。



日時: 10月9日(水) 13:30～15:00
場所: ちあふる・とよひら「りんごのへや」
対象: 就学前までのお子さんの保護者
受付: 当日先着順(最終受付14:30)

親子交流会

おいでよ！0さい～はいはいタイム～

日時: 10月10日(木) 13:30～15:30
場所: ちあふる・とよひら「りんごのへや」
対象: 0歳のお子さんと保護者



おいでよ！1さい～よちよちタイム～

日時: 10月22日(火) 10:00～12:00
場所: ちあふる・とよひら「りんごのへや」
対象: 1歳のお子さんと保護者

同じ年齢のお子さんが集まりやすいよう日時を設定しました。たくさんのご参加をお待ちしています！

要予約

子育て講座

「看護師が教える！事故の予防と応急手当」

ちあふる・とよひらの看護師が実際に起こった事故をもとに、予防方法やもしもの時の応急手当を紹介します。



日時: 10月8日(火) 13:30～14:15
場所: ちあふる・とよひら「りんごのへや」
対象: 妊娠中～就学前までのお子さんの保護者
受付: 9月24日(火)～

子育て講座

「おしえて！子育て世代の防災のコツ」

“防災したっけ”代表の方が、子育て家庭での防災について紹介します。もしもの時に備え、考えてみませんか？



日時: 10月30日(水) 10:00～11:00
場所: 豊平保健センター 2階 講堂
対象: 妊娠中～就学前までのお子さんの保護者
受付: 10月16日(水)～

お問い合わせ・講座の申込み先はこちら

豊平区子育て支援担当係
月～金 9:00～17:00(祝日を除く)

☎ 011-822-2474

※講座の申込みは先着順です。



さっぽろ市
02-G02-24-882
R6-2-655