

札幌市豊平区保育・子育て支援センター
 (ちあふる・とよひら)
 札幌市豊平区月寒東1条4丁目2-11
 TEL: 011-851-2510
 月曜日～土曜日 9:00～17:00
 (日曜日・祝日はお休みのため、電話でのお問い合わせには
 対応していません。)

りんご・めーる 11月号

日が落ちるのがすっかり早くなり、風も冷たくなってきました。そろそろ冬支度の季節ですね。暖かい服装でお出かけし、札幌ならではの季節の変化を楽しみながら元気に過ごしていきましょう。

❖❖ 雪遊びの服装について ❖❖

今年の冬は、“雪遊びをしてみよう”と考えている方もいるかと思います。冬の戸外遊びを楽しむためには、防寒対策が大切です！身に着けるものの選び方について、ポイントをお知らせします。新しく購入をお考えなら、店頭にも雪遊び用品が並ぶ時期なので、チェックしてみてくださいね。

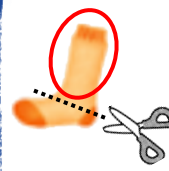
帽子

ニット素材で耳が隠れるものは、耳を寒さから守り、怪我也防ぐことができます。



スノーコンビ

雪(水)をはじく素材で、年齢が低い場合は、つなぎタイプがおすすめ！



手首部分が短いものは、靴下やレッグウォーマーを縫い付けると雪が入りづらいです。砂遊び用のアームカバーなど撥水素材のものは、濡れても冷たくなりません。

長靴

防寒用のゴム長靴がおすすめです。雪が入るのを防ぐ靴カバーをつけると、足が冷えにくく遊びやすいです。
 ※靴底の金具(滑り止め)はけがにつながる場合があります。



手袋

ナイロン製のものは、防水性・保温性があります。手首部分が長いもののがおすすめです。左右の手袋を紐でつなぎ、スノーコンビの腕から通しておくことで紛失防止に！



～トイレトレーニング～

「いつはじめてもいいの?」「どう進めたらいいの?」とお悩みの方も多いのではないのでしょうか。寒くなってきましたが、お子さんのタイミングを見逃さずにスタートすることも大切です。

開始の目安は?

おむつの濡れる間隔が1時間半以上になった
 おしっこをする前後に合図してくれる(もじもじする・おむつを触るなど)

トイレに誘うタイミングは?

朝起きた時やお昼寝明けなどにおむつが濡れていないことがあれば、トイレに座ってみましょう



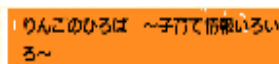
個人差があるので、お子さんのペースに合わせましょう。あせらず、ゆったりとした気持ちで進めてください。迷ったり困ったりしたときには、保育士にご相談ください。



札幌市の公式ホームページ

「さっぽろ子育て情報サイト」は...

妊娠期～就学前の子育て情報をまとめたサイトです。お出かけ先や子どもの預け先など、目的別や年齢別で情報を検索するのに便利です。



豊平区のページでは、親子で楽しめる遊びや子育てのヒントなどを発信中!



雪遊びやトイレトレーニングについても掲載しています



札幌市公式アプリ「さっぽろ子育てアプリ」では...
 プッシュ通知機能でイベントや子育てサロンからのお知らせを受け取ったり、子育て情報の管理をしたりできます。



アプリのダウンロードはこちらから→

iPhone

Android



11月の予定



※予定は都合により変更になる場合があります。

日	月	火	水	木	金	土
					野菜の日 栄養講話 「離乳食のすすめ方」	2
3 文化の日	4 振替休日	5	6 リラックス! ママヨガ	7	8	9
10	11 子育て講座 「親子で楽しむ 絵本の世界」	12 わらべうたで あそぼう	13	14	15 おいでよ!0さい ～はいはいタイム～	16
17 サンデーサロン 10:00～12:00	18 子どもの事故を 防ごう出張講座	19 食育の日	20 どれみさんの 音楽たいむ 子育て講座 「わらべうた であそぼう!」	21	22	23 勤労感謝の日
24	25 10:30～ 申込不要 詳細はりんごのへやの掲示を ご覧ください	26	27	28	29 Misaと えいごであそぼう	30

リラックス!
ママヨガ
14:00～

わらべうたで
あそぼう
11:00～

どれみさんの
音楽たいむ
11:00～

Misaと
えいごであそぼう
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上で紹介しています。

予約不要 // 栄養講話 離乳食のすすめ方

ちあふる・とよひらの栄養士が、離乳食の始め方や進め方についてお話しします。「何を準備したらよいの?」「調理方法は?」など、わからないことを解決して楽しく進めていきましょう♪
講話後は個別に相談することもできます。

日時: 11月1日(金)13:30～14:00
場所: ちあふる・とよひら「りんごのへや」
対象: 離乳食について知りたい保護者の方

親子交流会

おいでよ!0さい ～はいはいタイム～

0歳のお子さんとパパ・ママが集まって交流する場です。赤ちゃんとの生活や遊びについての情報交換をしませんか?

日時: 11月15日(金)13:30～15:00
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

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 親子で楽しむ絵本の世界 (親育ち応援団講座)

絵本の楽しみ方や年齢にあった選び方などについてお話しします。

日時: 11月11日(月)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
講師: ブックコーディネーター・ライター
尾崎 実帆子 氏
受付: 10月28日(月)～

子育て講座 わらべうたであそぼう!

わらべうた遊びや歌遊びを紹介します。お子さんとのスキンシップを楽しみましょう。

日時: 11月20日(水)13:30～14:15
場所: ちあふる・とよひら「りんごのへや」
対象: 1歳未満のお子さんと保護者
講師: わらべうたの会「どどんばし」
代表 布施 早苗 氏
受付: 11月6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-G02-24-883

R6-2-656