



ぱんだだより



令和7年1月 27日発行

暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続く、体の温まる料理がおいしい季節です。旬の野菜は、その季節に必要な栄養素をたっぷり含んでおり、体の免疫力を高めてくれます。大根、白菜、ほうれん草など、冬が旬の野菜を日々の食事に取り入れて、元気に「ぱんだのへや」に遊びに来てください。

2月の予定

手稲区保育・子育て支援センター（ちあふる・ていね）
 札幌市手稲区手稲本町3条2丁目4-15 TEL：681-3162
 【ぱんだのへや利用時間】月～土曜日（祝日を除く）9:00～17:00

日	月	火	水	木	金	土
※「赤ちゃん*ぱんだ」は、お休みです。		今回はスペシャルです。後半に、わらべうたや集団遊びを一緒に楽しみましょう。				1 野菜の日
2	3 身体測定週間 (～7日)	4 ホールであそぼう ☆スペシャル 10:15～11:00	5	6 	7	8
9 サンデーサロン 10:00～12:00 制作週間 (～15日)	10 「くるりんぱ」 を作ります。	11 建国記念 の日	12	13	14	15
16	17 栄養士とお話し してみませんか？	18	19 食育の日 栄養相談 14:00～14:30	20 ホールであそぼう 10:15～10:45	21 ホールで体を動か して遊びましょう♪	22
23 天皇誕生日	24 振替休日	25	26 子育て講座 「子どもの気づき が芽生えるおか たづけ」 会場：保健センター ※詳細は裏面参照	27 赤ちゃん*ぱんだ (3/13 開催) 受付開始 	28	

4日（火）ホールであそぼう☆スペシャル

ホールでのびのびと体を動かして遊んだ後に、保育士や友達と一緒にわらべうた遊びや集団遊びを行います。冬の室内遊びのヒントにもなります。ぜひご参加ください。



子育てボランティアが活躍中です！

手稲区では、子育てボランティアが、いろいろな場面で子育て家庭をサポートしています。

子育てサロンや
保育園児の
見守り

いつもやさしい
眼差しで親子や
園児を見守って
います。



絵本の読み聞かせ

毎月、子育てサ
ロンや保育園
で、絵本の読み
聞かせをしてい
ます。



「ぱんだのへ
や」で行う制作
の準備や、園児
が行事で使う物
品の下準備など
をしています。

制作活動



保護者が講座に
少しでも集中で
きるよう、側で
お子さんと一緒
に遊んでいます。



子育て講座での見守り

今年は2月2日が「節分」です

節分は、「鬼は外～福は内～」と豆まきをして、悪い鬼(病気)を追い払う年中行事のひとつです。通常は2月3日ですが、2025年は2月3日が立春のため、その前日となります。

節分に豆や恵方巻を食べる習慣がありますが、かみ砕く力や飲み込む力が十分ではない乳幼児にとって、窒息や肺炎を起こすリスクがあります。消費者庁からも5歳以下の子どもには硬い豆やナッツ類は食べさせないよう注意喚起がされています。豆の代わりに、やわらかいボールや折り紙を丸めたものを代用するなどの工夫をしながら、安全に「節分」を楽しみましょう。

「こそだてインフォメーション」からのおすすめ情報

子育て講座

子どもの気づきが芽生える～おかたづけ～

年齢や発達に応じた片付けのポイントや育まれる力について、整理収納教育士がお話します。

日時 令和7年2月26日(水) 10:00～10:45

会場 手稲保健センター2階 講堂

対象 0歳～就学前のお子さんと保護者・これから親になる方 10組

受付 電話で2月12日(水)9時より開始

申込 手稲区健康・子ども課子育て支援担当係

TEL 681-1342

ぱんだだよりや子育てに役立つ情報は、「さっぽろ子育て情報サイト」から閲覧できます。



さっぽろ子育て
情報サイト



さっぽろ子育て
情報サイト
(手稲区版)



さっぽろ市
02-G02-24-585
R6-2-450