



玉名市地域子育て支援センター

森のひろば

第160号

# ログさんち便り

2021 おおくらの森保育園



花屋さんで1年中見かけるガーベラは、本来春と秋が開花時期です。赤や白、ピンク・黄色などカラフルな花びらをパッと開いていて、見ると元気が出る花姿です。花言葉は「常に前進」。赤ちゃんが少しずつ動けるようになり、立ち上がろう・歩こうとする姿と重なり、私たちも頑張ろうと思います。

## ログさんちの様子

ログさんちカードにシールを貼りましょう



森のおさんぽに良い季節です

みんななかよし



【発行元】森のひろば ログさんち 玉名市大倉 1503-1 Tel/Fax 0968-74-6931

\*開所時間 9:30 ~ 14:30

\*子育て相談電話 9:30 ~ 16:00

「ログさんち」のホームページに、「ログさんち便り」や楽しい遊びの様子を載せていますのでご覧ください。

ログさんち

検索



ログさんち  
QRコード


日	月	火	水	木	金	土
		講座の予約は随時受け付けています（電話も可）。 やむをえずキャンセルされる場合は、キャンセル 待ちの方のために、必ず連絡をお願いします。			1 ビギナーズ デー	2
3	4 自由遊び	5 <b>要予約</b> (別記) 赤ちゃんヨガ 講座	6 ぬりえ遊び	7 (別記) おでかけ！ おさんぽ会	8 自由遊び	9
10 	11 折り紙遊び	12 身体測定 ①10時～ ②11時～ ③13時～ 	13  自由遊び	14 シール遊び 	15 <b>要予約</b> (別記) エンジョイ☆ イングリッシュ	16
17	18 <b>要予約</b> (別記) 誕生会	19 自由遊び	20 <b>要予約</b> (別記) ミニミニ 運動会	21 ぬりえ遊び	22 自由遊び	23
24 	25 ひなた plus 31 ミニコンサート	26  シール遊び	27 <b>要予約</b> (別記) 離乳食講話	28 自由遊び	29 自然くらぶ 	30

**要予約 赤ちゃんヨガ講座** 


赤ちゃんの五感を刺激して、脳を活性化し身体機能・精神機能を促すベビーヨガ。赤ちゃんとママが触れ合って、気持ちもぽっかぽかになります。  
●日時：10月5日（火）10：30～  
●講師：池田徳子先生 ●持参物：バスタオル

**おでかけ！おさんぽ会**

築山小学校の学童保育施設へ行きます。かわいいヤギも来ます。  
●日時：10月7日（木）10：30～  
●場所：学童クラブピッコロ（四十九池公園そば）  
●現地集合・現地解散 ●雨天中止




**要予約 エンジョイ☆イングリッシュ**

ベンジャミン先生の楽しい英語の時間です。音楽に合わせて数字や動物などの簡単な英単語を発音したり、絵本の読み聞かせを聞いたりします。  
●日時：10月15日（金）  
①10：20～10：45 ②11：00～11：25  
Cat! 

**要予約 10月生まれの誕生会**

大きなケーキの前で写真を撮り、フラワーボックスを作って飾りましょう。誕生児さんの紹介やピアノ演奏のプレゼントもあります。写真を撮りますので少し早めにおいでください。  
●日時：10月18日（月）10：30～



**要予約 ミニミニ運動会**

今月の親子体操教室はミニミニ運動会です。アンパンマン体操やかっこなどを楽しみます。親子ともに動きやすい服装・運動靴でご参加ください。  
●日時：10月20日（水）10：30～  
●場所：運動場（雨天中止）

**要予約 離乳食講話**

管理栄養士の江藤ひろみ先生を講師にお迎えし、離乳食についてお話をさせていただきます。これから始めようと思っている方もどうぞ。「なかなか食べてくれない」など個別に相談もできます。  
●日時：10月27日（水）10：30～

★11月の行事予定 ・自然くらぶ：2日（火）・30日（火） ・避難消火訓練：5日（金） ・身体測定：9日（火）  
・「たまたばこ」読み聞かせ会：10日（水） ・ママフィット講座：17日（水） ・エンジョイ☆イングリッシュ：19日（金）  
・親子体操教室：24日（水） ・誕生会：26日（金） ・開所日：6日（土）・27日（土）



3密を避けるため、室内の状況のみて人数制限をさせていただくことがありますので、ご了承ください。

状況により、上記の活動計画は変更になる場合があります。来所前に「ログさんち」のホームページ>新着情報にてご確認くださいませようお願いします。





## 子育て情報板



### 旬の食材を 上手に使う

旬の食材は、栄養価が高い／うまみが濃い／鮮度がよい／価格が低いなど、うれしい要素がたくさんあります。

旬の食材を食べることは体によく、四季を感じられて、心を豊かにしてくれ、食卓での会話も弾みます。

これからの季節は、さげやさんま、ごぼう、れんこん、さつまいも、りんご、梨、ぶどうなどがおいしくなります。秋の味覚を楽しみましょう。



### 親子クッキングにチャレンジ! 秋の味覚入り揚げドーナツ

ホットケーキミックスを使って、具材入りの揚げドーナツを作ってみませんか。さつまいもやりんごをコロコロのさいころ状に切り、電子レンジで加熱して柔らかくします。ホットケーキミックス 150g に崩した豆腐を1/2丁混ぜ、硬さを見ながら（硬めの天ぷらの衣程度に）牛乳を加えて混ぜ合わせます。揚げ油を 180 度に熱し、たねをスプーンで落とし入れて、こんがりするまで揚げます。チーズやハムを入れて、おかず風にアレンジしても良いですね。



〈出典：月刊ポット 2021 年 8 月号〉

## ほけん

秋になり、乾燥するようになってきました。今回は赤ちゃんの肌トラブルで多い2つを取り上げました。ママも手荒れなどがひどくならないよう、スキンケアしてくださいね。

### ◇赤ちゃんのスキンケア◇

赤ちゃんは生後まもなくから2~3ヵ月ごろまでは、お母さんからもらったホルモンの影響で、皮膚から脂がたくさんしみ出てきます。ほうっておくとよごれがすぐ肌にたまり、これが皮膚トラブルのもとになります。この脂をおとすには、お湯だけでは無理で、石けんやシャンプーを使います。ゴシゴシこすっては皮膚が傷みますから、手で優しく洗い流しましょう。



#### ◆あたまのかさぶた

しみ出た脂が髪の毛にこびりついて、黄色いかさぶたのようになることがあります。病気ではありません。少ない時は毎日お風呂でシャンプーするだけで治りますが、多い時はオリーブ油をぬってふやけさせてからお風呂で洗い流してください。かさぶたが厚いときや、その下がただれているときは受診しましょう。ぬりぐすりを処方されたら指示通りにぬってください。

#### ◆赤ちゃんのにきび

思春期のにきびと同じものが生後1~2ヶ月までの赤ちゃんの顔にできることがあります。にきびは病気ではありません。石けんでよく洗い、清潔にしていれば、しばらくすると治ってきます。



出典：お母さんに伝えたい子どもの病気ホームケアガイド第2版  
(日本外来小児学会 編著)

### 森の木紹介 ★イチョウ★ (公孫樹・銀杏)



中国原産の落葉高木。雌雄異株。成長は極めて早いですが、実のギンナンがなるまでが長く、「公孫樹」は孫の代までかかる木という意味。秋の黄葉が美しく、街路樹や公園樹として、また耐火性が強いので防火樹としても植えられる。

# しぜん

先月紹介した、ナスとピーマンも終わり、ログさんちの上側にあるふくろう農園は少しさびしくなりましたが、東側にあるあおぞら農園では、春にスタッフが植えたサツマイモが青々と茂っています。今年の出来栄えはどうか？芋ほりにぜひご参加ください。花壇にもそろそろ秋～冬の花を植える予定です。稲刈りも控えていますので、また千歯扱き（せんばこき）や唐箕（とうみ）での昔ながらの米仕事をしたいと思っています。



## 自然くらぶに参加された方の感想

- ・季節の風を感じながら、子どもたちはキラキラした目で楽しそうに過ごしていました。これから野菜の収穫もたくさんしてほしいと思います。
- ・自然がたくさん森でおさんぼするのは気持ちがよかったです。子どもが歩けるようになったら更に楽しいだろうなと思いました。また参加します。
- ・一生懸命、野菜の収穫をしている息子を見て成長を感じました。自分で採った野菜を大事そうに抱えている姿もかわいかったです。

## 食草・食樹

環境教育支援室長 林田 茂喜

おおくらの森の「ふくろう農園」ではモンシロチョウをよく見かけます。保育教諭がキャベツの防虫ネットを一部外して幼虫の青虫に食べるに任せた時には特に多かったです。ニンジンの葉にいた、緑色に黒い斑点のあるキアゲハの幼虫は、保育室の虫かごで毎日新鮮なニンジンの葉を食べ、立派に羽化しました。成虫の蝶はいろいろな花の蜜を吸いますが、幼虫はそれぞれ決まった植物だけを食べます。モンシロチョウはキャベツ、ハクサイなどアブラナ科、キアゲハはニンジンなどセリ科の葉。アオスジアゲハはクスノキ科、国蝶のオオムラサキはエノキなどニレ科の木の葉など。昆虫がえさとする特定の植物を食草あるいは食樹といいます。

蝶の種ごとに食草が違う理由は、えさの取り合いによる共倒れを防ぐためと考えられています。食草を選ぶのは母蝶。において、一部の蝶は味でも卵を産み付

ける食草を識別するようです。

蝶は食草と環境条件の双方がそろわないと生育できません。その意味で心配されるのが阿蘇のオオルリシジミです。この蝶の生息地域は食草の「クララ」が自生する標高 400～800mの草原に限られています。放牧の牛はクララを食べませんが、草原は放置しておくとなススキなど背の高い植物が繁茂し、クララは育ちません。このため野焼きや草刈りが欠かせませんが、それも年々困難になってきています。オオルリシジミは絶滅危惧種、熊本県の指定希少野生動植物として保護されています。

(参考資料：  
世界農業遺産”阿蘇”  
オフィシャルサイトなど)



◆今月の一句◆  
菊の香や奈良には古き仏達

(松尾芭蕉)



?

### 木と花 クイズ

漢字の私は誰でしょう？

- ① 烏瓜 ② 万年青 ③ 林檎



?

答え

- ① からすうり  
② おもと  
③ りんご



たまログURL QR コード

玉名市子育て応援サイト「たまログ」 <http://tama-log.org>

玉名市の子育て支援情報をスマホやパソコンで見ることができます。

各子育て支援センターの10月の活動予定も見ることができますので、どうぞ気軽にご利用ください。

玉名市 たまログ 検索