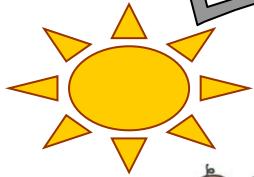


# 白老町子ども発達支援センター



## ひだまり



### 子育て支援《ピヌピヌ》から

2026年1月号

白老町子ども発達支援センター

白老町萩野 283-3 (萩野小学校内)



83-3700

毎年のことながら、1年あっという間に過ぎてしまいますね。昨年は、どんな1年でしたか？

そして今年は、どんな1年にしたいですか？

新しい「午年」の1年、たくさんの皆さんの笑顔に出会えることを職員一同楽しみにしています。

“ひだまりピヌピヌ”に皆さん！気軽に遊びに来て下さい。お待ちしております。

※1月は5日から始まります。 年末年始、体調に気を付けてお過ごしください。



【開園時間】 月～金 10:00～16:00(12:00～13:00は昼休憩の為閉めています)

《1月のお楽しみのひろば》 10:30～11:45

**★1月26日(月)～30日(金)**

節分の制作・・・親子で可愛い鬼を作りませんか？

**★1月28日(水) 豆まき会**

「鬼はそと！」「福はうち！」悪い鬼をみんなでやっつけるぞ～！！

弱虫鬼・泣き虫鬼・好き嫌い鬼 どんな鬼がみんなの中にいるかな？



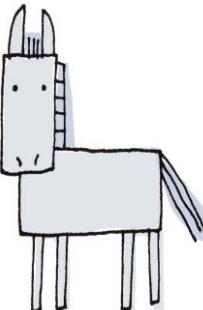
ママ向け講座《 クリスマス飾り制作 》



🎄ステキなクリスマスボードができました🎄



12月26日(金)は、午前のみの開所と致します。(午後大掃除のため)1月は5日(月)から平常開所致します。よろしくお願い致します



今年は、「午年」丙午(ひのえうま)の年です。60年に一度巡ってくる干支です。

馬九行久(うまくいく)という言葉をご存じですか？九頭の馬が駆ける様子から「物事が順調に進む」「幸運が駆け込んでくる」という意味があると言います。今年はそんな1年になることを切に願います

#### ＜パパSUN デー日程のお知らせ＞

**※2026年1月25日(日) 要申し込み**

萩の里公園内ケネルハウス前にて『そり遊び』を予定しています。冬ならではの遊びと一緒に楽しみませんか？

雪不足や悪天候によっては中止となることもありますので、ご了承下さい。

※時間・・・10:00 (公園駐車場集合)

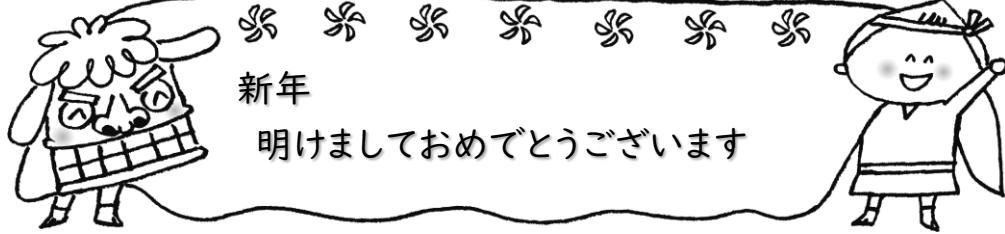
※持ち物・・・各自そりを持参ください。

飲み物・濡れた場合の着替えなど

※お申込みの際は、参加者名・電話番号(中止の際に連絡するため)をお知らせください。



## 母子通園 《エミナ》から



2026年(令和8年) うま年

いよいよ新しい年が明けました。皆さん、良い年を迎えた事と思います。今年は「うま年」ですね。うまは古くから「豊作」「出世」「商売繁盛」などの縁起の良い象徴とされ「うま年」は「勢いよく進む」「大きく成し遂げる」といった前進力や行動を表すといわれています。今年は「飛躍」の年になりそうな予感がしますね。

本年も職員一同、子ども達の健やかな育ちを願い、療育を進めていきますので、宜しくお願い致します。



### 身体がぽかぽかになるよ

ニンジン、レンコン、ゴボウなどの根菜類には、体を温める効果があります。冬の野菜に含まれるビタミンCやEは冷え性に効き、風邪をひきにくくしたり回復力を高めたりします。旬の野菜をシチューやスープにして食べると体がぽかぽかしてきますよ。簡単に出来るスープのレシピをお知らせします。

### おすすめポカポカレシピ

#### ・大根のすりおろし汁 (子ども1人分)

- ・大根…30g ほうれん草…10g しいたけ…5g
- だし汁…100g 塩・しょうゆ…適量
- 1、大根をすりおろし、ホウレンソウはゆでて1cm程度の長さに切ります。しいたけは薄切りにします。
- 2、だし汁にほうれんそう、しいたけ、大根おろしを入れて、調味料で味付けをして出来あがり！



### 子供が言う事を聞いてくれない！そんな時...

「子供の気持ちに寄り添った温かい対応を心がけたい」と思ってはいるけれど、つい感情が爆発して「いい加減にして！」と叱りついてしまう時があると思います。そんな時…怒ってしまいそうになったら口を閉じて6秒数えてみて下さい。少し気持ちが落ち着いているはず。その後次の行動を子どもに考えさせてみて。例えば飲み物をこぼした時6秒カウントしてから「こぼれちゃったね。コップを戻して机をふこうね。どちらかしてくれるかな」と…反応が無い時は「私が机をふくからコップを元に戻してね。」とお願いするなどして子供とお話ししてみてはどうでしょう。

