

# さくらんぼ つうしん

## 令和6年 12月号



11月に入り、朝夕は少しひんやりするようになりましたが、日中は、まだまだ汗ばむ陽気です。冬が来るのかな？急に寒くなるのは嫌だな、と天気予報の天気と気温を気にする毎日です。体調も崩しやすいと思います。衣服でじょうずに調節しながらも、規則正しい生活を心掛け、元気に過ごしたいです。



### 12月の予定

○さくらんぼルーム参加には登録が必要です。🎂は12月生まれの子の誕生日をします。

12月	月	火	水	木	金
さくらんぼ ルーム① 9:30~12:00	2 	3 中川公民館	4 丹原公民館	5 田野公民館	6 徳田公民館
さくらんぼ ルーム② 9:30~12:00	9 1歳児! あつまれ!	10 中川公民館 	11 丹原公民館 こっころ♡ 	12 田野公民館 	13 徳田公民館 こっころ♡ 
みんな! あつまれ! 10:00~11:30	16 西山学園 (みんなで遊ぼう)	17 丹原保育所 (みんなで遊ぼう)	18 中川さくら保育園 (みんなで遊ぼう)	19 田野保育所 (みんなで遊ぼう)	20 ハートフル・ママ 中川公民館 10:00~11:30
	23 なかよし広場 東予運動公園 10:00~11:30	24  BirthdayPhoto 	25 	26 	27 
	30 年末休み	31 年末休み	さくらんぼルームの受付は 11月12日(火)~ 電話での受け付けは、13:00~とさせていただきます。		

- \* さくらんぼルーム①…紙で遊ぼう…新聞紙をびりびりしたり、ひらひらさせたりして遊びます。新聞紙が自分で破れるってすごいのです。指先にしっかり力が入っているということです。
- \* さくらんぼルーム②…クリスマスだよ…クリスマスの雰囲気を楽しみながら遊びましょう。
- \* みんな!あつまれ!…園庭で遊びましょう。暖かくして参加しましょう。
- \* なかよし広場…集合場所：砂場前 持ってくる物：お茶・ベビーカーなど必要なもの 暖かくして参加してください。(登録していない方の参加もOKです。)

🍒…さくらんぼのお部屋で遊べます。9:30~12:00 14:00~16:00  
🎂…BirthdayPhoto さくらんぼの部屋にお誕生日の記念撮影のコーナーを作ります。ぜひ撮影に来てくださいね。



12月のおススメ食材の一つに『にんじん』があります。免疫力を高めるβカロテンが豊富なにんじんは、皮膚や粘膜を丈夫にしたり、腸の調子を整える作用もあります。加熱すると甘くなり、おやつ(捕食)にもおすすめです。

そんなにんじんを使った、パクパク期(離乳完了期)のおすすめメニューです。



### にんじんとチーズのロールサンド

材料：にんじん 40g  
スライスチーズ 1枚  
サンドイッチ食パン 2枚



#### 作り方

- ① にんじんはおろし金ですりおろし、耐熱容器に入れてラップをかけ、電子レンジで1分ほど加熱する。この時、水分が多いようなら軽く水けをきる。
- ② スライスチーズは、半分に切る。
- ③ ラップの上にサンドイッチ食パンを置き、手前に①、奥に②をそれぞれ半量ずつ載せる。
- ④ ③をロール状に巻き、ラップで包んで形を整え、なじませてからラップをはずして食べやすい大きさに切る。

\*クリスマスオーナメントを飾ると12月らしくなるかな。



- 3カ月児健診 12月17日(東予保健センター) 令和6年8月生まれ対象
- 1歳6カ月児健診 12月11日(東予保健センター) 令和5年5月生まれ対象
- 3歳児健診 12月 3日(東予保健センター) 令和3年5月生まれ対象
- ハピすく相談室 12月18日(丹原児童館)
- \*母子手帳・バスタオルを持って参加してください。詳しくは、西条市HPをご覧ください。



あんたがたどこさ ひごさ ひごどこさ  
くまもとさ くまもとどこさ せんばさ  
せんばやまには たぬきがおってさ  
それをりょうしが てっぽうでうってさ  
にてさ やいてさ くてさ  
それをこのはで ちよいとかぶせ



- \*まりつきのわらべ歌ですが、今回はお手玉で遊びます。『さ』で、お手玉を隣の人へ送ります。『かぶせ』で、お手玉を頭に載せます。
- \*載せたお手玉を、両手でキャッチできるかな?
- \*さくらんぼルーム・中学校でもお兄さんお姉さんと一緒に遊びます。



作：新井 洋行 出版社：講談社

～赤ちゃんから楽しめるきらきらカバーのクリスマス絵本～

今日は楽しいクリスマス!!『ツリーさん』のもとには、さまざまなオーナメントが集まって来て、クリスマスツリーらしく、どんどんにぎやかになっていきます。でも、何か足りない気がする…そこへやってきたのは?

★!! みんなのお家にも、クリスマスツリーを飾るかな?

ツリーさんみたいに、にぎやかに飾って、みんなで Merry Christmas 🎄🎄🎄🎄



1歳児！あつまれ！

12月9日（月） 9：30～11：00

さくらんぼから、西中まで散歩に出かけます。片道350mくらいです。

10月に通った散歩日、冬を迎えて変化を感じるかな？暖かくして参加してください。

寒くなりましたが、水分補給のお茶、帽子などを準備してください。

なお、雨天・雪は中止です。

\*1歳で1kmくらいは歩けるそうです。

\*参加申し込みをしてください。

申し込み受付は12/5（木）までをお願いします。



10月の散歩の様子

観察中!!  
何だ？  
これ？



ハートフル・ママ

12月20日（金）10：00～11：30 中川公民館 学習室2

講師：さくらんぼスタッフ



『クリスマスキャンドル』を作ります。



\*子どもがその場に慣れるまで少し親子で遊びます。9：50までに参加してください。

\*準備の都合もありますので、先着8組とさせていただきます。

なお、申し込みは12月15日（金）までをお願いいたします。

\*ハートフル・ママ＝優しさがあふれている、愛に満ちているママという意味です。時には心に栄養補給をしましょう。



子育て  
あれこれ

自我の芽生え

子どもは1歳前後から自分で歩くようになり、身の回りの世界を徐々に広げていきます。また、家族や周りの人と関わるようになっていき、自分の存在に築きます。自我の形成をし始めた子どもは、何事も『自分で、自分で』と自分でやりたい気持ちを抱くようになります。これが自我の芽生えです。

昨日までずっとできていたことが、「いや！」「じぶんで」と主張し始めて、親は戸惑ってしまいます。何かにつけて「いや！」を連発することになるので、親は、同じことを根気よく言い聞かせることになります。

「いやいや」と言うのは、『自分も一個の人間なんだ』『自分の人格を認めて！』とやっているのです。

この自己主張を認めて、付き合っていくことで（それは、何もかも言いなりになることとは違いますが）親に従っても、反抗しても、親はちゃんと自分のことを見ていてくれるんだ、ありのままの自分でいいんだ、という自己肯定感が育まれます。

自己肯定感、これからのしつけや勉強の土台になっていきます。



参考文献：子育てハッピーアドバイス② 明橋大二著



さくらんぼっこの One Shot

なかよし広場～東予運動公園～

10月21日（月）なかよし広場で訪れた東予運動公園でどんぐり拾いをしました。秋晴れの気持ちの良い天気で、散歩していたら汗ばむくらい。子どもたちもよく歩きました。小さなどんぐりを見つけると「わ～ちいちゃい～」大きいを見つけると「わぁ～おおきい！」と歓声をあげながらいっぱい拾いました。お母さんたち、スタッフも大喜びで拾いました。



さくらんぼの つぶ や き

キラキラ 輝く☆

10月26日（土）愛媛県 県民総合文化祭総合フェスティバルを観に行った。会場の入り口に総合文化祭のパンフレットの表紙になっているデザイン画の原画が展示されていた。このデザインを考えつき、それを緻密に表現する高校生、すごいなあと感心して、席に着く。オープニングに続き、第一幕、第二幕と発表が続く。素晴らしい発表の数々にあっという間に時間が過ぎた。そして、スペシャルゲストライブ。西条市出身の秋川雅史さんのライブ。オペラの歌唱法で「天城越え」「千の風になって」を披露してくださった。迫力あるステージに感動した。そして「翼をください」でグランドフィナーレ。感動の二時間半だった。みんな一生懸命頑張った成果の発表、そして毎日続けてこられたパワー。みんなキラキラ輝いていた。私もこれからの人生、キラキラ輝けるものを探したいと思った。

青野

ならいごと…

年長の時にダンスをしたいと始めた初めての習い事。最初は仲の良い友だちと一緒にクラスに入り、レッスンも楽しみで仕方なかった娘。昨年の発表会では初舞台で生き生きと踊る姿に感動したのを覚えている。2年目を迎えたダンスのレッスンは、「やすみたーい！」「いきたくないーい！」と休みたい病がさく裂して、発表会大丈夫かな…と心配していた。11月に2回目の大舞台。昨年よりも少しレベルアップした娘の姿を見て、一年の成長を感じた。発表会の少し前に「一年生一人しかおらんけん嫌なんよねー」と言っていた。いきたくない病…それでか!!と納得した母。周りがお姉ちゃんたちの中、一年生一人で本当によく頑張ったと思う。

しかし、発表会後…「2クラス習いたい～♪」と気合が入っている…お母さんお仕事、もっと頑張らなくっちゃー!!（笑）やりたい！をどうにか叶えさせてやりたい！と母も気合が入った。今日この頃。

藤川

