



## ～ ケアルームより ～ 10月10日は 目の愛護デー

視力が 1.0 になるのは、5～6 歳くらいだといわれています。  
視力が発達してゆくためには適切な生活環境が必要です。

### ポイント

- ① 明るさ、暗さのメリハリのある生活
- ② いろいろなものをみる（止まっているもの、動くもの、遠く、近く）
- ③ 前髪は目にかからないように
- ④ からだを動かして遊ぶ
- ⑤ 緑黄色野菜を食べる

乳幼児期は、子どもの目をもっとも育つ時期です。

目の育つ機会を大切にしていきたいものですね☆



## ぽけっとさんによる

### ものづくりカフェ「クチュール」

～手作りおもちゃや、ご家庭で作りかけの  
手芸、など一緒に作りませんか？～

日時 10月21日(月) \*毎月第2月曜日  
9:30～13:30の予定

場所 ミーティングルーム

定員 4名

\*定員になり次第締め切ります。

参加費 300円/1回

託児 なし

(一時あずかりをご利用ください)

申込み方法

毎月1ヶ月前から募集します



## 10/25(金) よるゝカフェ

17:00～20:00

### \*20食限定

販売は18:30～になります  
昼間遊びに来られない  
Pokkeの会員さんを対象に、  
軽食と飲み物を用意して  
お待ちしております。  
事前の申し込みを  
お願いします。

メニュー:

決まり次第お知らせします。

## ～ トワイライトステイより ～

「あのね、きょうね！」

トワイライトの夕食の時間、今日の出来事を話してくれるお子さんがいます。  
スタッフは食事の進み具合に気を配りながら耳を傾けます。

“一家団欒”…今はほとんど耳にすることがなくなりましたが、0才から小学生  
のお子さんをお預かりしている事業なので、利用の多い日はまるで大家族のような  
空気に包まれることがあります。

大きい子はわいわい会話がはずみ、小さい子はそんなおにいちゃんおねえちゃん  
を横目に小さいお口をいっぱいにあけてスプーンでご飯を食べています。

スプーンが落ちると「あかちゃん、スプーンおとしたよ」と教えてくれる子もい  
ます。そんな自分が今度はお箸を落としたり…と賑やかです。

夜間のお預かりは寂しい気持との葛藤の時間ともいえますが、家族や兄弟の少な  
い今、Pokkeではキッチンスタッフが季節の食材で作った夕食をみんなで囲む、  
こんな時間は、お子様の貴重な経験になると感じながら、ひとりひとりに寄り添う  
毎日です。



## ☆運動会のお知らせ☆

10/14(月) 体育の日

内容: みんなで楽しく  
体を動かしましょう

対象: Pokke会員の親子、  
地域会員の方

場所: ひろば

定員: 26組

申込み: 受付中!

定員になり次第締め切りと  
させていただきます。

\*12時からランチに  
パンの販売も行います。

## 毎月第3日曜日は、地域開放デーです!!

Pokke会員さん以外でも遊びに来ていただけます!

今月は、10月20日(日)です。

ランチ・カフェ・げんきタイムなど

楽しい企画を考えています♪

皆さんお気軽にPokkeへおいで下さい

詳しくは後日お知らせします。お楽しみに!

## 《10月のお休み》

◆子育てひろば 6(日)、13(日)、19(土)、27(日)

◆一時あずかり 8(火)、24(木)

スペシャルげんきタイム リトミックは10月、11月はお休みの予定です。

変更がありましたら、HPなどでお知らせします。

# 子育てひろば 10月の予定

	月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5	6
午前				ベビー マッサージ 10:30~ 11:30			休
午後			ひろば幼児		育児相談		
	7	8	9	10	11	12	13
午前	ハンドクリーム 作り 10:30~ 11:30			かんがるー くらぶ	誕生会 11:00~ 12:00	父親講座 10:00~ 11:30	休
午後	おひさま (ころころ) 13:30~ 14:30		ひろば幼児		バルーンアート 13:00~ 15:30 育児相談		
	14	15	16	17	18	19	20
午前	運動会 10:30~ 11:40		計測日 10:30~ 11:30	中国語 サークル 10:00~ 11:30	育児講座 10:00~ 11:30	休	地域 開放デー
午後			計測日 13:30~ 15:00 ひろば幼児		育児相談		
	21	22	23	24	25	26	27
午前	ものづくり カフェ 9:30~ 13:30	手作り おもちゃ 10:30~ 11:30		かんがるー くらぶ		休	
午後	おひさま (ハイハイ) 13:30~ 14:30		ひろば幼児		よるかI 17:00~ 20:00 育児相談		
	28	29	30	31	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 育児相談: 無料(予約制) 金曜の相談日以外でも受付しています。お問い合わせください。</li> <li>* 水曜午後は就学前のお子さんまで利用できます。</li> <li>* 誕生会へのご参加は事前の予約をお願いします</li> <li>*  ランチ 12:00~13:30 おやつ 14:30~15:30</li> <li>* 講座は、事前申し込みが必要です。また、地域会員の方も参加できます。お問い合わせください。</li> </ul>		
午前		エアロビ 9:40~ 11:40					
午後	ふるさと サロン 13:30~ 14:30		ひろば幼児				

月1回ふるさとサロンを行っています! ~出身地のお話をしませんか?~  
 同じ出身の皆さんで方言を使って、懐かしい地元の話で盛り上がりませんか?  
 今月は10/28(月)『青森』の方対象です☆  
 時間 13:30~14:30 場所 赤ちゃんルーム  
 定員 10名程度 対象 Pokke 会員の親子・地域会員  
 \*事前の申し込みをお願いします。当日受付もしています。お気軽にお問い合わせください!

## ☆おひさまサロンのお知らせ☆

手遊び、わらべうた、読み聞かせなど、お母さん同士、自由にお話できる場になればと思います。お気軽にご参加下さい♪

### ☆10月の日程☆

7(月)《ころころクラブ》(ねんね~寝返り、おすわり)

21(月)《ハイハイクラブ》(すりパイ、ハイハイ~つたい歩き)

時間: 13:30~14:30 定員: 6名程度 \*お子さんと一緒に参加になります。  
 \*参加受付は、当日15分前より行ないます。先着順となっております。

## 10/18(木) 育児講座 ~ 噛むことの大切さ ~

時間 10:00~11:30  
 定員 8名程度  
 (お子様も一緒に参加になります)  
 対象 Pokke 会員の親子・地域会員  
 申込み 10/1(火) 9:30~先着順

## 10/22(火) 手作りおもちゃ ~ ハロウィンのマント作り ~

時間 10:30~11:30  
 場所 つきの部屋  
 定員 10名程度 (当日先着順です)

## 10/12(土) 父親講座 ~ 子どもの写真の上手な撮り方 ~

時間 10:00~11:30  
 講師 大矢 保さん  
 参加費 500円  
 定員 6組  
 対象 Pokke 会員の親子・地域会員  
 申込み 9/28(土)9:30~先着順

## エアロビクス講座(初心者・経験者)

日程 全4回  
 10/29(火)、11/12(火)、19(火)、26(火)  
 時間 初心者 9:40~10:30  
 経験者 10:50~11:40  
 講師 茅 匡位さん  
 定員 各コース10名  
 参加費 800円(4回分)  
 託児 定員6名(1回800円)  
 申込み 9/27(金)9:30~

毎週金曜日は看護師がいます。ご相談のある方はお声掛け下さい。

10/16日(水) 10:30~11:30  
 保健師さんが来てくれます。  
 お話したい方、ご相談のある方は  
 お声掛け下さい。

読み聞かせ 毎週木曜  
 11:45~12:00/  
 16:00~16:15