

第 133 号

2017 年 10 月

ラルーラ通信

<発行>

中部学院大学
子ども家庭支援センター
〒504-0837 岐阜県
各務原市那加甥田町30-1
Tel.058-375-3605
fax058-375-3609

季節の変わり目・・・たくさん食べられていますか？

—子どもの変化（シグナル）を受け止めましょう—



中部学院大学短期大学部 幼児教育学科
菊池 啓子

子どもたちの食事量が落ちてくることはありませんか？

季節の変わり目や、環境の変化で子どもたちの食欲が落ち、食事量が十分確保できないことがよくあります。

季節の変わり目は、気候に身体がついていかず、食べることがままならなくなります。人間の身体は常に良い状態に保とうとする力があります。(例えば体温を36.5度くらいに保つために、暑い時には汗を出して体温を下げ、寒い時には身体に脂肪をつけて体温を確保します。)

まずは毎朝の食事をどれくらい摂取できるか確認しながら1日の食事量を考えていきましょう。

食事の量が確保できない時、食欲がなさそうな時は、子どもたちの好きなものを食事の中に組み込みながら、『食べることができる』状態作りをしましょう。多少、偏りがあっても、気候が安定してくるにより食事も安定してきます。その時を待ちながら食事をすすめましょう。また、秋はおいしいものが多く、行事もたくさんあります。行事と食事を組み合わせ、色々な食材を口にしてみましょう。

長い夏休みのあと、子どもたちの生活にも少しずつ変化が見られる時があります。友だち関係や子ども自身の成長により、悩みや不安が見られることもあります。そんな時は子どもの話をじっくり聞きながら、食事をしてみてください。ゆったりした気持ちで食事をし、子どもの変化に目を向けてみましょう。また、「ちょっとおかしいなあ。」と思った時は、キッチンで食事のお手伝いをしてもらいながら話を聞いてあげましょう。対面で話しをするより、食事を作りながらの話しは自然にいろいろな話しができるでしょう。

食事は1日3回、365日あります。大切な生命線でもあります。食事から、子どもの体調や心の動きを受け止めてあげましょう。またおいしいものをたくさん食べましょう。



10/23「大学祭&たのしみん祭」開催！ (関キャンパスにて)

中部学院大学・中部学院大学短期大学部が地域の皆様と共に

10月23日(土)「大学祭&第15回 たのしみん祭」を同時開催します。

会場：中部学院大学関キャンパス(関市桐ヶ丘2-1) 関特別支援学校

今年も多くの地域団体の方と共に開催する大きな催しです。様々な体験型イベントやバザー・テント村での屋台など小さなお子さんからご年配の方々まで楽しんでいただけるような内容が盛りだくさんです。ステージ発表では地域の保育園・幼稚園・小中学校・高等学校など個性あふれる元気なパフォーマンスが見られます。学生もちろん、ゼミやサークルなど様々な形で参加し卒業生も集って祭りを盛り上げます。「ラ・ルーラ」も参加しますのでどうぞお越しください。



ラ・ルーラはココ!
2号館1階 (本館奥です)

ラ・ルーラは
2015教室(2号館1階・本館東)にて
「子育て交流
ホッと一息おしゃべりタイム」
親子でホッと過ごせるそんな場を作りお待ちしております。今年と同室にて「おもちゃ病院」も一緒に受け付けています。どうぞご利用ください。

11/3「学びの森フェスティバル」開催！ (各務原キャンパスにて)



学びの森でも
楽しい遊びのブースが
いっぱいあるよ!

学びの森フェスティバル
11月3日(金・祝)
時間：10:00~15:00
場所：各務原キャンパス・学びの森



消防車・パトカーと
一緒に制服を着ての
撮影もできます



小さなお子さんも
楽しめるコーナーや屋台も
たくさん出店します



自然と遊ぼう！



蝉取りや水遊びなどで思いっきり遊んだ夏も終わり 秋の到来！
今度は澄みきった空のもと 虫取りと草花遊びを楽しんでみませんか？
大学（各務原キャンパス）に隣接する「学びの森（公園）」には、イチョウ並木や大きなイチョウの大木もあり紅葉すると見事です。



また、草花遊びも楽しいです。散歩の途中で道端に生えている雑草は子どもにとってとても魅力的です。誰でも楽しくなる一番の雑草はエノコログサ（通称：ネコジャラシ）！摘み取って手に持つだけで何だか楽しくなりコチョココチョくすぐりっこをしたり、毛虫に見立てたり…遊びは無限大です。また、アメリカセンダングサやオナモミは服に付けて模様にしたり、ダーツごっこもおもしろいです。他にも「チカラシバの栗」「スズメノテップウの笛」「メヒシバのはかり」といろいろあります。秋も深まると種見つけも楽しく、フウセンカズラの種の模様は「ハート」の形をしていて、見つけると嬉しくなります。

草花摘みをするだけでも楽しい



端切れ(布)と余り毛糸の 寄付

ラ・ルーラ卒業生のA君(5年生)ママから「ラ・ルーラで何かに利用してもらえたら…」と端切れと余り毛糸をたくさんいただきました。
端切れや残り毛糸と言っても洋服が出来るほどのまとまった布や 10 玉揃った毛糸もあります。

何か作ってみませんか？ラ・ルーラで今人気の帽子も作れます。

どなたにでも無料でおすそ分けします。出来上がった作品巾着袋や手提げ袋、バックにジャストサイズの袋物は手作りに限ります。ラ・ルーラにはミシンも置いてあります。初めてでも大丈夫！

子どもの相手をしながら合間をみて完成させましょう。

満足度・達成感は抜群ですよ！



みんなの人気スポット “各務原市役所前駅付近踏切”

各務原市役所西側の通り（飛行場通り）を北へ数百メートルの所に名鉄各務原線の踏切。またその直ぐ北 50 メートルも進むと今度はJR高山線の踏切があります。この踏切が子どもたちの人気のスポットなのです。

特にここでのJRの踏切は歩行者用の踏切もあり数秒の時間差で幾つもの遮断機が下りて来る様子はなかなか面白いものです。

大人は「ああ… また踏み切りに引っかかってしまった！」と残念な気持ちになりますが子どもは反対に大喜び！！時には一緒に楽しんでみませんか？

更に時間に余裕があるときは、数十m先の駐車場(3時間無料)に車を止め、歩いて渡ってみてください。おもしろいですよ。お薦めです！





＜ラ・ルーラ開設日＞火・水・木・金・土曜日（時間 10:00～16:00）



催しがあるときも ラ・ルーラ内では自由に遊べます。

11 月の予定						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3 学びの森 フェスティバル	4 作って遊ぼう 11:00～
5 休み	6 休み	7	8	9 あそびの広場Ⅰ 11:00～11:45	10 11:00～ 移動図書館 (読み聞かせ)	11
12 休み	13 休み	14 11:00頃～ お母さんのための リフレッシュ講座	15	16	17	18
19 休み	20 休み	21	22	23 勤労感謝の日 休み	24 11月の誕生会 12:50～	25 休み（100周年 記念祭典のため）
26 休み	27 休み	28	29 あそびの広場Ⅱ 11:00～11:45	30 赤ちゃん集まれ 11:00～11:45		

11 月の行事 * 内容紹介

毎週土曜日 作って遊ぼう 工作遊び 「小箱を使って 乗り物作り」
空き箱などの廃材を利用して魚を作り、糸を垂らして魚釣りごっこをして遊びましょう。
どんな魚が出来るのかな？どんな遊びに広がるでしょうか

9日 あそびの広場Ⅰ（1～3歳児対象） 「布で遊ぼう！」
様々な布を使ってママと一緒に遊びましょう！

10日 移動図書館 ・読み聞かせ 図書館スタッフによる 本の紹介と読み聞かせ

14日 お母さんのためのリフレッシュ講座 「クリスマスカード作り」
クリスマスのカードを中心に簡単なものから、繊細なポップアップカードまで
お好みに合わせて作ります。

24日 誕生会 11月生まれのお友達を みんなで祝います。

29日 あそびの広場Ⅱ（1～5歳児対象） 「秋見つけ 芋ほり」
畑のさつまいも掘りを予定していますが、芋の生育加減で日時を変更します。
詳しくはお問い合わせください。

30日 赤ちゃん集まれ（0歳児対象） 親子ふれあい遊び & 交流

火曜日 及び 金曜日 吹奏学部の学生によるランチタイムコンサート

（授業等により変更になることもあります）

尚、各行事・催しは定員 15～20 組、準備のため事前参加申込みが必要です。
催しに参加されない方は申し込みの必要はありません。いつでもご自由におこしください。
お問い合わせ先 TEL：058-375-3605 FAX：058-375-