



# 子育て応援情報!



## ■子育て支援センター

※状況により事業等を変更させていただく場合があります。  
最新情報は市ホームページをご覧ください。

### ★きたの子育て支援センター(きたの保育園内) ☎518-1866、FAX587-6226

#### 【わくわく遊び】(申し込み不要)

「お正月を楽しもう」お正月遊びや製作ができます。  
お正月の雰囲気を楽しみましょう!

#### 【親子サロン】(6組、抽選あり、申し込み要)

▽1月24日(金) 14:00~15:00

対象…0歳児(11カ月まで)とその保護者

内容…「廃材を使っておもちゃを作ろう」

持ち物…水筒

申し込み…1月6日(月)~17日(金)

※申し込み多数の場合は抽選します。抽選結果は20日  
以降センター来所、または電話でご確認ください。

#### 【おやつの日】(20組、先着順、申し込み要)

▽1月14日(火)13:30~

内容…「りんご蒸しパン」

持ち物…水筒

参加費…大人も子どもも一人ずつ50円(材料費として)

#### ■子育て広場(申し込み不要)

0歳からの在宅児(未就園)が親子で自由に遊べます。

月曜~金曜日 9:30~16:00

※12:00~13:30ごろは職員は不在です。

保育園の日程に合わせ、休館になることもあります。

※1月の土曜開放日…25日

年始の休み…1月5日(日)まで

1月7日(火)は午前中は休館します。

申し込み…1月9日(木)まで

#### ■食事お悩み相談(申し込み不要)

併設の保育園の給食を作っている調理師が個別に相談を受けます。食事のことで聞きたいことや悩みがあれば気軽にご相談ください。

#### ■子育て相談 毎週月曜~金曜日 10:00~16:00

電話・個別相談も随時受け付けています。

#### ■ブログやっています

ホームページをご覧ください。

### ★あやめ子育て支援センター(あやめ保育所よしじ分園横) ☎・FAX589-2928

#### 【ミックスクラブ】(申し込み不要)

※テーマや行事に沿った遊びをします。

※対象年齢は設けていませんのでぜひご参加ください。

#### 【お正月あそびをしよう】

▽1月6日(月)~8日(水)

コマを作って回したり、羽子板や福笑い、書初めを楽しみましょう。

持ち物…のり、ウェットティッシュ

#### 【1月の誕生会】

▽1月15日(水) 10:30~

1月生まれのお友だちをみんなで祝いましょう♪

#### ■フレンド広場(申し込み不要)

0歳からの在宅児(未就園)が親子で自由に遊べます。

月曜~金曜日10:00~16:00(ミックスクラブのない時間帯)

年始の休み…1月5日(日)まで

当日参加の1月生まれのお友だちにはお誕生カードをお渡しします。

#### 【節分の制作をしよう】

▽1月29日(水)~2月3日(月)

鬼のお面作りや豆まきをします。

持ち物…のり、ウェットティッシュ

#### ■子育て相談 毎週月曜~金曜日 10:00~16:00

電話・個別相談も随時受け付けています。

### ★野洲市子育て支援センター(健康福祉センター3階) ☎518-0830、FAX518-0831

#### ■子育て支援講座および催し(申し込み要)

※来所または電話で申し込んでください。

※申し込み多数の場合は抽選します。今年度初回の人を優先します。抽選結果で外れた人のみセンターから連絡します。

#### 【ベビーマッサージ】(15組、抽選あり)

▽1月16日(木) 13:30~14:30(受付/13:15~)

対象…2カ月からハイハイをする前の乳児とその保護者

持ち物…厚手のバスタオル、ベビーオイル

申し込み…1月6日(月)~10日(金)

#### 【ヨガ】(15組、抽選あり)

▽1月20日(月) 10:30~11:30(受付/10:00~)

対象…保護者(子どもさんは託児します)

持ち物…ヨガマット(ある人)

申し込み…1月7日(火)~14日(火)

#### 【バランスボール】(20組、抽選あり)

▽1月27日(月) 10:30~11:30(受付/10:00~)

対象…保護者対象ですが、お子さんと一緒に参加していただきます。

申し込み…1月15日(水)~21日(火)

#### ■にこにこ広場(申し込み不要)

0歳からの在宅児(未就園)が親子で自由に遊べます。

月曜~水曜・金曜日 9:30~12:00、13:00~16:30

木曜日 9:30~12:00

※講座等に変更になる場合があります。詳しくは「にこにこだより」やホームページでご確認ください。

年始の休み…1月5日(日)まで

#### 【1月の誕生会】

▽1月24日(金)10:30~11:30(受付/10:00~)

内容…1月生まれ誕生会、お楽しみ、簡単製作

持ち物…ウェットティッシュ(1月生まれのお子さんのみ)

申し込み…1月6日(月)~17日(金)

※誕生日にかかわらずどなたでも参加できます。

#### 2月上旬の予定

#### 【リズム遊び】(20組、抽選あり)

▽2月3日(月) 10:30~11:30(受付/10:00~)

対象…10カ月以上の乳幼児とその保護者

申し込み…1月22日(水)~28日(火)

#### ■子育て相談 毎週月曜~金曜日 9:30~16:30

電話・個別相談も随時受け付けています。

# 「発達支援センター通信」

◆発達支援センター  
☎587-0033、FAX 587-2004



## 「食べることの楽しさ」

「広報やす」11月号では、発達障がいのある人の感覚を取り上げました。今回はその中でも食べることについて考えたいと思います。

発達障がいのある人は、特に子どもの頃に偏食がある場合が多いと言われています。理由としては、例えば揚げ物の衣が針のように痛く感じられるような口の中の感覚過敏（特定の味、特定の食感、特定のにおいが苦手なことも含む）、何事にもルーティンであることで安心感を得ることによる、新しい食品や異なる調理方法への抵抗感、口腔機能（噛む、舌を動かす、飲み込む等）や運動機能（箸やフォークを使う等）の不熟さにより食べやすいものばかりに偏る、などがあります。

このように偏食がある場合、栄養バランスについてどう考えればよいのでしょうか。

栄養バランスが取れているかどうかは、1回の食事内容だけで判断することは難しいです。例えば年末に「忘年会で食べすぎちゃった」「3日連続ごちそうだったよ」ということもあるでしょう。そんなとき、次の日の食事を軽くするなどして調整していませんか？つまり、食事は毎日毎食続いていくものであり、栄養バランスが取れているかは、ある程度の期間で考えないと分からないということです。

また、食事は「栄養を摂る」という意味合いとともに、「食べることを楽しむ」という意味合いも大きいです。

新型コロナウイルスが流行した際は、味覚障害が話題になりました。味わうことができない苦しさは、いかに私たちの生活に食事が楽しさをもたらしているかを証明したのではないのでしょうか。

苦手な感覚を探ったり、少しずつ興味の幅を広げたりするなど、工夫することも大切ですが、他方では、いかに食事を楽しめているかにも視点がいくとよいのではないかと思います。とはいっても、あまりにも特定のものしか食べられないと思われる場合や、そもそもの食べる量がとても少ないと思われる場合などは、医師などの専門家に相談することも一つです。

人間にとって食べることは1日に数回、毎日あります。誰にとってもその時間が少しでも、楽しいものになるといいと思います。

毎月第4土曜は  
廃食油回収の日

1月25日 午前10時～正午

回収場所：市役所別館横電話ボックス付近 回収物：廃食油、牛乳パック、アルミ缶  
問環境課☎587-6003、環境基本計画推進会議「エコ資源部会」増村☎586-1441

# エコライフニュース

エコ・アクション・ポイント

お正月にぜひ会員登録を！

問い合わせ…環境課☎587-6003、FAX587-3834

市では7月より、環境意識の向上や行動変容を促すことを目的にエコ・アクション・ポイントを実施しています。

## エコ・アクション・ポイントとは

環境省が推進するエコな行動（温暖化対策、廃棄物対策など）をして貯まるポイントです。専用アプリで貯めたポイントは商品等（AmazonギフトカードやQUOカードPay）と交換ができます。

## 野洲市民限定のエコ・アクションポイント

- 省エネ家電の購入…500ポイント
- 宅配ボックスの購入…500ポイント
- LED照明器具の購入…100ポイント
- ダンボールコンポストの購入…100ポイント
- 生ごみ処理機の購入…100ポイント
- 野洲市環境イベントに参加…100ポイント
- 資源ごみの拠点回収…5ポイント
- 店舗でのリサイクル回収…5ポイント
- フードドライブの活用…5ポイント
- 電気使用量の削減…100ポイント
- ガス使用量の削減…100ポイント
- クリーンセンターリユース品の利用…90ポイント



詳細はこちら

## 会員登録はこちら

右のQRコードより専用アプリをインストールしてください。登録は無料です。



## 会員登録で100ポイント進呈中！！

アプリ内マイページの「ポイントを貯める」より以下のQRコードを読み取り、獲得してください。



100ポイント獲得QRコード



エコ・アクション・ポイント  
公式キャラクター「ピープ」

## 年末年始、新年会が増えるこの機会に、食品ロスについて一緒に考えてみませんか？

- 買い物の時は必要なものだけ購入しましょう。
- 調理の時は食べきれない分だけ調理しましょう。
- 外食時は食べ切れる分だけを注文しましょう。
- 市役所常設のフードドライブに協力した人には、5ポイント進呈しています。賞味期限が1カ月以上ある未開封で常温保存できる食品をご提供ください。

あなたのエコ活動で脱炭素社会実現をめざしましょう！

