



2026 年10月号 ～みんなおおきくなあれ～

ほほえみつうしん

2026 年 9 月 8 日 発行



残暑の厳しい毎日ですが、夜には少し涼しい風が吹き、虫の音も聞こえ、秋の訪れが感じられるようになりました。だんだん涼しくなると、お散歩や戸外遊びが楽しめますね。運動公園・金ヶ崎緑地・松原公園・気比神宮など敦賀市内にも、自然と出会える場所がたくさんあります。どんな“秋”が見つかるかな？親子で出かけてみてはいかがでしょうか。

【子育て総合支援センター】

【親子で遊ぼう「らんらん」】

●親子つながり遊びと絵本を楽しみましょう。

【日時】 10 月 7 日(水) 10:00～11:00 【定員】 12 組

【対象】 未就園児の親子 【講師】 子育てマイスター

【申込】 敦賀市公式 LINE で受付(9/23(水) 9:00～)

【ベビーすこやかセミナー】

●ベビーマッサージ●手遊び●体重計測

●子育てについての情報共有●母乳や赤ちゃんの相談など

【日時】 10 月 8 日(木)/10 月 22 日(木)

両日 13:30～14:30

【対象】 R8 年6月～8月生まれの赤ちゃんと保護者
(祖父母が市内在住の赤ちゃんも可)

【スタッフ】 助産師・保育士 【定員】 各回 8 組

【持ち物】 母子健康手帳・バスタオル(長方形タイプ)

【申込】 敦賀市公式 LINE で随時受付中

【木のおもちゃで遊ぼう】

●木のおもちゃの魅力や、おもちゃを通じたこどもの関わり方を楽しく学びます。

【日時】 10 月 21 日(水) 10:00～11:00

【対象】 未就園児の親子 【定員】 12 組

【講師】 家庭教育アドバイザー

【申込】 敦賀市公式 LINE で受付(10/7(水) 9:00～)

【みんなでハロウィン】

●みんなで一緒にハロウィンを楽しみましょう。

【日時】 10 月 29 日(木) 10:00～11:00

【対象】 未就園児の親子 【定員】 15 組

【講師】 英会話教室講師

【申込】 敦賀市公式 LINE で受付(10/15(木) 9:00～)

【砂場開放】

●砂場を開放します！親子で砂遊びを楽しみましょう。

申込は必要ありませんが、譲り合ってください。

【日時】 10 月 6 日(火)～10 月 13 日(火) 9:30～10:45

【持ち物】 帽子・着替え・タオル・水分・サンダル(必要な方)

※天候により中止とする場合があります。(平日のみ開催)

【わくわくサーキット】

●体を使って楽しく遊べるひろばです。

【日時】 〈総合〉10 月 14 日(水) 10:00～10:50

〈栗野〉10 月 1 日(木) 10:00～10:50

【対象】 未就園児の親子 【定員】 〈総合〉〈栗野〉 15 組

【申込】 敦賀市公式 LINE で受付(9/17(木) 9:00～)

【両センター】

【マイスター相談】

●子育て支援の知識と経験が豊富な、子育てマイスターに子育てに関する悩みや不安を相談しませんか？

【日時】 〈総合〉10 月 8 日(木) 10:00～11:00

〈栗野〉10 月 23 日(金) 10:00～11:00

【申込】 受付にてお声かけください。

秋の自然と遊ぼう

木の実や草花を使って遊ぶことができます。



草花や木の実で
ままごと



ドングリの
こま



エノコログサの
うさぎ

小さな木の実などを、口や鼻に入れないよう注意して遊びましょう。

【栗野子育て支援センター】

【ブックスタート】

●生後7か月の赤ちゃんと保護者を対象に、絵本にふれるきっかけを届けます。

【日時】 10 月 9 日(金) 1 回目 10:30～11:00
2 回目 11:00～11:30

【持ち物】 ブックスタート・パック引換券
(対象のお子様に郵送されます。)

【申込】 敦賀市公式 LINE で受付
図書館(0770-22-1868)にて受付
※7か月を過ぎた方も参加可能です。

【ほめる子育てをしましょう】

●お子さんの育ち(年齢)に合わせた「褒め方」「叱り方」について実演を交えてお話しします。

【日時】 10 月 27 日(火) 10:00～11:00

【対象】 未就園児の親子(保護者のみ可) 【定員】 14 組

【講師】 子育てマイスター

【申込】 敦賀市公式 LINE で受付 (10/13(火) 9:00～)

【みんなでハロウィン】

●みんなで一緒にハロウィンを楽しみましょう。

【日時】 10 月 29 日(木) 10:00～11:00

【対象】 未就園児の親子 【定員】 14 組

【講師】 子育てマイスター

【申込】 敦賀市公式 LINE で受付 (10/15(木) 9:00～)

敦賀市子育て総合支援センター

敦賀市本町 2 丁目 5-20

TEL(0770)22-0147

敦賀市栗野子育て支援センター

敦賀市新和町 1 丁目 3-10

TEL(0770)25-5647

10月 行事予定

		出張すくすくひろば 【栗野コミセン】 9:30～11:30 【松原コミセン】 9:30～14:30	にこにこえん 10:00～11:00	子育て総合支援センター (0770-22-0147)	栗野子育て支援センター (0770-25-5647)
1	木		三島保育園		わくわくサーキット 10:00～10:50
2	金	松原コミセン			
3	土			AM ババも遊ぼう	AM ババも遊ぼう
5	月		東郷保育園	絵本ににこにこタイム 10:15～1歳から 13:30～1歳まで	すくすく健康相談 9:30～11:00
6	火	栗野コミセン	栗野保育園	砂場開放～13日(火) 9:30～10:45	
7	水			☆ 親子で遊ぼう「らんらん」 10:00～11:00	
8	木			子育てマイスター相談 10:00～11:00 ベビーすこやかセミナー 13:30～14:30	
9	金	松原コミセン			ブックスタート 1回目10:30～ 2回目11:00～
10	土			AM ババも遊ぼう	AM ババも遊ぼう
12	月			スポーツの日	
13	火	栗野コミセン			
14	水			わくわくサーキット10:00～10:50	
15	木				
16	金	松原コミセン			絵本ににこにこタイム 10:15～1歳から 13:30～1歳まで
17	土			AM ババも遊ぼう	AM ババも遊ぼう
19	月				
20	火	栗野コミセン			
21	水			子育て講座「木のおもちゃで遊ぼう」 10:00～11:00	
22	木			すくすく健康相談 9:30～11:00 ベビーすこやかセミナー 13:30～14:30	
23	金	松原コミセン	柳川保育園		子育てマイスター相談 10:00～11:00
24	土			AM ババも遊ぼう	AM ババも遊ぼう
26	月				
27	火	栗野コミセン			子育て講座「ほめる子育てをしましょう」 10:00～11:00
28	水			♡ ぐるり 10:00～14:00	
29	木			♪ 「みんなでハロウィン」 10:00～11:00	♪ 「みんなでハロウィン」 10:00～11:00
30	金	松原コミセン			
31	土			AM ババも遊ぼう	AM ババも遊ぼう

出張すくすくひろば 「にこにこえん」

市内の保育園で、出張すくすくひろば「にこにこえん」を、開催します。ぜひ、遊びに来てください。天気が良ければお外でも遊びます。10月は4園で開催します。上記行事予定をご確認ください。本年度12月、1月の開催予定は、市HPでご確認ください。

【申込】 開催日の2週間前 9:00～

敦賀市公式LINEで受付

【締切】 開催日の4日前

【定員】 各園5組

【問い合わせ】

敦賀市栗野子育て支援センター

☎0770-25-5647

絵本ににこにこタイム【申込不要】

絵本の読み聞かせや、わらべ歌遊びで、温かい時間を過ごします。

【日時】 〈総合〉10 月 5 日(月)

〈栗野〉10 月 16 日(金)

※両日 10:15～1歳からの親子

13:30～1歳までの親子

【対象】 未就園児の親子

すくすく健康相談【申込不要】

発育や食事等の健康に関する相談に、専門の職員が対応します。

【日時】 〈総合〉10 月 22 日(木)

〈栗野〉10 月 5 日(月)

※両日 9:30～11:00

【対象】 未就園児の親子

【担当】 保健師・管理栄養士

【持ち物】 母子健康手帳

※計測希望のみの方は、平日(月～金)に随時対応します。

10月のほけんだより

☆着るの習慣は秋からスタート☆

肌寒くなってくると、「風邪をひかせないように…」と、つい厚着をさせたりしますよね。でも、実は子どもは寒さに強いもの！気温や体調に合わせて上手に衣服を調節しながら、気持ちのいい秋の気候をお子さんと一緒に元気に楽しみましょう。

◆基本は「大人と同じ」か「1枚少なめ」に！

はいはいや歩行でたくさん動き回る乳幼児は、大人よりも汗っかきです。

※枚数の目安：基本は大人と同じ枚数でOK。よく動いて暑がり

そうときは、大人より1枚少なめが目安です。

※チェック方法：首の後ろや背中にそっと手を入れて、「汗ばんでいないか」「冷たくなっていないか」をこまめに触って確かめてあげましょう。

◆「薄手の重ね着」でこまめに体温調節を！

※厚手の服1枚で調節するよりも、薄手の服を重ね着するのが大正解。

※日差しの強い日中や室内で暑くなったときも、サッと脱ぎ着させて体温調節ができます。