



多可町子育てふれあいセンター

ココミル通信



2025年
10月

ココミルは・・・

就学前乳幼児（0～5歳児）のおられる家庭の子育て支援を行っています。

ふれあいの場・であいの場・まなびの場として、たくさんの方に利用していただきたいと思います。

ぜひ、みなさん気軽に、遊びに来てくださいね。

利用時間について

火～日曜（祝日・年末年始除く）

午前9時～午後4時

★うんどうひろばは、いつでも利用できます



食育教室

「手作り味噌を味わおう!」

9月19日（金）

1月に仕込んだ味噌を使って、
いずみ会の方と一緒に親子で調理
を楽しみました。



皮むきできるよ!



味噌を使った
具だくさんの豚汁



抱っこしてもらったよ



お皿も洗えるよ～



まぜまぜするよ



みんなでいただきます～



おいしいね♡



子育てに悩んだ時は・・・ **こどもサポートセンター**

**ココミル
職員**

子育てに関する悩み
ちょっと誰かと話したいな・・・
気軽にお越しください!

**こども未来課
こども家庭支援員**

家庭や子どもを取りまく
生活環境の悩み など

☎ 32-2385

**健康課
保健師**

子どもの成長や
健康に関すること

☎ 32-5121

**健康課
栄養士**

離乳食や子どもの
食生活に関すること

ココミル(多可町子育てふれあいセンター) <Email>kosodate@town.taka.lg.jp

〒679-1114 多可町中区岸上 224-17 TEL:(0795)32-2816 / FAX:(0795)32-2817

10月の行事

★活動場所・内容の変更、臨時休館等のお知らせは、HP または LINE 公式アカウントをご覧ください。

ホームページ

LINE 公式アカウント



日	月	火	水	木	金	土
			1 赤ちゃんひろば ココミル	2	3 ☆命の授業 八千代小学校 ㊦楽しい子育て講座 ココミル	4
5	6	7 ㊦みんなのひろば 「さつまいも掘りをしよう」 みなみ児童館	8	9 ㊦リフレッシュ講座 「子育てママのためのヨガ体験」 ココミル ㊦楽しい子育て講座 ココミル	10 ・すくすくひろば ココミル	11
12	13 スポーツの日	14 ・0さいじひろば 余暇村公園	15 ・ぽかぽか C ココミル	16 ☆保育ふれあい体験 中町中学校	17 ㊦読み聞かせ講座 あすみる	18
19 ☆さくらんぼサークル (多胎児サークル) 金刀比羅神社 ・れもんの木 C 金刀比羅神社	20	21 ☆とびだせ！ココミル 八千代コミュニティプラザ	22 ☆保育ふれあい体験 中町中学校	23 ㊦子育て講座 「0歳からの体幹づくり」 ココミル ・ユニキッズ C ココミル	24 ・0さいじひろば ・すくすくひろば ココミル	25
26 ☆西脇市親子との交流会 「親子で枝豆収穫体験をしよう」 西脇市喜多	27	28 ㊦ベビーマッサージ ココミル ☆マタニティひろば ココミル	29 ♡2 か月教室 ココミル 	30 ・ママのあったか音楽隊 C あさかこども園	31 ㊦楽しい子育て講座 ココミル ☆とととひろば ココミル	

★「0さいじひろば」「すくすくひろば」「ボランティアサークル」については、在宅家庭配布の『ぽかぽかたより』をご覧ください。

休日の活動です！



多胎児サークル「さくらんぼサークル」活動のお知らせ

「みんなであそぼう！」

と き：10月19日(日) 10:00~11:30

ところ：金刀比羅神社(中区鍛冶屋)

持ち物：帽子、お茶

＊鯉もたくさんいるよ★

【雨天時】あすみる 図書館へ行こう！

ボランティアサークル

れもんの木



医療的ケア児・難病の子どもとその家族の居場所です。
詳しいことを知りたい方は、センターへご連絡ください。

と き：10月19日(日) 10:00~11:30

ところ：金刀比羅神社(中区鍛冶屋)

内 容：みんなであそぼう！

持ち物：帽子、お茶

【雨天時】あすみる 図書館へ行こう！

西脇市親子との交流会

「親子で枝豆収穫体験をしよう！」

と き：10月26日(日) 10:30~正午

＊小雨決行

ところ：西脇市黒田庄町喜多の畑

＊現地集合

(詳しい場所は、申し込まれた方に、後日
お伝えします。)

持ち物：軍手、水筒、枝豆を入れる袋、帽子

タオル、雨具、長靴

＊剪定用のはさみや枝切りばさみがある
方はご持参ください。

定 員：先着 10 組

参加費：一家族 200 円(当日徴収)

申込み方法：Web または、電話、直接

申込み開始：10月7日(火) 午前9時~



申込みは、
こちらから



赤ちゃんが参加できます！



☆赤ちゃんひろば・・・申込不要

と き : 10月1日(水) 10:00~11:30
 ところ : ココミル(子育てふれあいセンター)
 内 容 : 身体測定・スキンシップあそび
 情報交換・フリートーク

持ち物 : 母子手帳

★今月のイラストレーターは・・・★

あひさまにこにこクリニックの保健師さんです。

*都合により変更になる場合があります。



☆ベビーマッサージ・・・申込不要

と き : 10月28日(火) 10:00~11:30
 ところ : ココミル(子育てふれあいセンター)

講 師 : 藤原 彩美さん

(わらべうたベビーマッサージインストラクター)

持ち物 : バスタオル・レジャーシート(一人用)

水分(ミルク・お茶 など)



*予防接種後48時間は、参加できません。
 気をつけてください。

誰でも参加できます！



おねがい

☆「命の授業」協力・・・申込必要

と き : 10月3日(金) 10:15~11:30

ところ : 八千代小学校

持ち物 : 母子手帳(可能な方)、お茶

*小学6年生対象

*お母さんたちに質問 *ふれあい体験

☆読み聞かせ講座・・・申込必要

と き : 10月17日(金) 10:00~11:30

ところ : あすみる 会議室2

内 容 : 「これ よんで！」

—絵本と本はいつもそばに—

講 師 : 大澤 百世氏

☆みんなのひろば・・・申込不要

と き : 10月7日(火) 10:00~11:30

ところ : みなみ児童館

内 容 : さつまいも掘りをしよう

持ち物 : 軍手、お茶、帽子

*雨天の場合は10月8日(水)に変更します。

☆とびだせ！ココミル・・・申込不要

と き : 10月21日(火) 10:00~11:30

ところ : 八千代コミュニティプラザ 大ホール

内 容 : 体を動かしてあそぼう

持ち物 : お茶

*運動遊具で、いっぱい体を使って遊びましょ。赤ちゃんのコーナーもありますよ！
 *子育て相談もできますよ！

☆リフレッシュ講座・・・申込必要

と き : 10月9日(木) 10:00~11:00

ところ : ココミル(子育てふれあいセンター)

内 容 : 子育てママのためのヨガ体験

講 師 : 宇仁菅 千佳さん

(産後ヨガインストラクター・理学療法士)

持ち物 : お茶

*ヨガマットはこちらで用意します。

*動きやすい服装で来てください。

☆子育て講座・・・申込必要

と き : 10月23日(木) 10:00~11:30

ところ : ココミル(子育てふれあいセンター)

内 容 : 「0歳からの体幹づくり」

講 師 : 宇仁菅 千佳さん (理学療法士)

対 象 : ねんね～歩き始めるまでのお子さんと保護者

持ち物 : お茶

*しっかりとした体幹を身につけることは、とても大切なことです。0歳の体の発達を踏まえながら、体幹づくりにつながるあそびやかかわり方を教えていただきます。

おねがい

☆「保育ふれあい体験」協力・・・申込必要

*参加人数把握のため、ご協力くださる方は、申込みください！

と き : 【1回目】10月16日(木)

【2回目】10月22日(水)

10:30~11:35

ところ : 中町中学校 武道場

持ち物 : 母子手帳(可能な方)、お茶



【こんなことしますよ！】

*中学3年生対象

*お母さんたちに質問

妊娠中の話や、子育てしている中での喜びや大変さなど、お母さんたちが、日々感じておられることを子どもたちに伝えてもらいます。

*ふれあい体験

抱っこしたり、おもちゃで遊んだりします。

絵本の読み聞かせ体験もあります。

*日赤橋のほうからお越しください。
 (職員が誘導します。)

☆てとてとひろば(発達相談の日)・・・申込必要

と き : 10月31日(金) 10:00~11:30

ところ : ココミル(子育てふれあいセンター)

講 師 : 市位 葉子さん(学校心理士)

*いっしょに遊びながらお子さんの様子を見て、アドバイスしていただきます。



マタニティひろば

妊婦さん同士、おはなししましょう。

と き : 10月28日(火) 10:00~11:00

ところ : ココミル(子育てふれあいセンター)

申込みは、すべて
 こちらからできます。





「読書週間」にちなんで、職員おすすめの絵本や本を紹介
します。ぜひまた、読んでみてくださいね!



「ぎょうれつのできる レストラン」



おいしい秋の食べ物をテーマにしている
ふくざわゆみこさんの絵本です。可愛い
動物たちが、たくさん登場するので、長い
おはなしを読みみたい方には、目で見ても
楽しめると思います。「ぎょうれつのでき
る〇〇〇」は、他にもいろいろなシリーズ
があるので、ぜひ読んでみてください。

「ゴリラのパン屋さん」



ゴリラがパン屋さんで働くことになり、
「いらっしゃい」と声をかけるのですが、
大きな歯や大きな声を出してしまい、お客
さんは怖がって逃げてしまいます。ヒツジや
タヌキも同じように失敗を繰り返します。
ゴリラが悩んだ末に、接客方法を考え、子ど
もたちをひきつけます。最後には、ゴリラが
みんなに愛されるパン屋になる物語です。

「スープ屋ひすくの 謎とせ朝ごはん」



表紙のやわらかな絵と、「??朝ごはんなのに
謎とき?」と興味がわき、読み始めました。
朝に営業しているスープ屋さんが主な場所です。
そのスープがまた美味しそうで…。店主のまわりで起こる
謎を考え、スープを思い浮かべながら読んでいます。
いくつかシリーズがあるので、ぜひ!

「めっくらもっくら どおんどん」

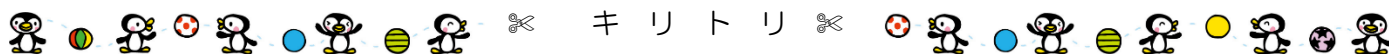


「ちんぷくまんぷく あっぺらこの
きんぴらこ じょんがらびこたこ
めっくらもっくら どおんどん」と、
主人公がめちやくちやのうたを歌った
拍子に、迷い込んだへんてこな世界。
そこには、へんてこな名前の妖怪たちがいて、仲良くなっ
た主人公と一緒に遊ぶ様子が、とっても楽しそうで、わく
わくします。でも、楽しい時もつかの間で、ふと寂しくな
った主人公が、「おかあさん」と叫んだ拍子に、元の世界
に…。絵本でしか味わえない不思議な世界にひたることが
でき、子どもたちと何度も何度も読んだ絵本です。
いつの間にやら、私も子どもも、へんてこな歌を
すっかり覚えて、ついつい唱えて
していました。

「夜明けのすべて」



瀬尾まいこさんの本は、他にも好きで、
読んでいたので、図書館で見かけて手に
取りました。月経前症候群でイライラが
抑えられず、仕事にも支障が出ていた女性と、
パニック障害を抱える男性の話です。自分で
コントロールすることが難しい病を抱えた2人
が、助け合って現状を乗り越えようとする姿に
感動し、大泣きしました。



子育てふれあいセンターへのご意見、おたよりの感想など、自由に記入いただき、お寄せください。
事業・活動の参考にさせていただきます。 ☆ココミルの“にこにこポスト”に入れてね!