11月 ななないろ通信

伊勢市 しごう子育て支援センター「ななないろ」
令和8年11月　第184号

様々な色の落ち葉が舞い落ち、秋も深まる頃となりました。どんぐりやきれいな落ち葉など『自然の落とし物』がたくさん！！ホクホクの焼き芋が美味しい季節でもあります。晩秋を感じながらななないろに遊びにきてください。

離乳食の裏ワザ



○まとめて茹でる
野菜を種類ごとに分けてお茶パックに入れる事で、一度に茹でても混ざらす、煮崩れても鍋に溶け出すのを防げます。茹で汁は素材のうま味がたっぷり出た野菜スープになります。
5㎜以上の厚さに切って茹でると柔らかくなります。

○冷凍する
大人用の料理のついでに野菜を切り、冷凍します。
冷凍することで、短時間の加熱で柔らかくなります。

☆調理の負担を軽くして親子で食を楽しみましょう

11月　講座予定

日付	内容		予約用二次元コード
2（月）	ふれあいタイム	10:30～11:00 予約開始　10/9～・12組 市内在住・未就園児	
4（水）	親子ふれあい体操	10:30～11:00 予約開始　10/14～・10組 市内在住・未就園児	
9（月）	食育講話	10:30～11:30 予約開始　10/19～・6組 市内在住・未就園児	
11（水）	身体計測	10:00～11:00 予約開始　10/21～・12組 市内在住・未就園児	
11（水）	利用者支援専門員相談日	10:00～11:30 予約不要 市内・市外在住	
18（水）	ななないろさんぽ	10:20～ 予約開始　10/28～・12組 市内在住・未就園児	
20（金）	おはなしひろば	10:30～11:00 予約開始　10/30～・12組 市内在住・未就園児	
25（水）	手形アート	10:15～ 予約開始　11/4～・10組 市内在住・未就園児	

※開館日は月曜日・水曜日・金曜日です。（祝日を除く）
※予定は変更になることがあります

11月6日（金）はこども園行事のため、午前中は交流ひろばと園庭開放はお休みです。13時からご利用いただけます。

12月　講座予定

日付	内容		予約用二次元コード
2（水）	身体計測	10:00～11:00 予約不要・市内在住・未就園児 こあら型のカードに記入してお渡しします。	
9（水）	クリスマス会	10:30～ 予約開始　11/11～・10組 市内在住・未就園児 クリスマス会の予約は1施設のみです。	
14（月）	ふれあいタイム	10:30～11:00 予約開始　11/20～・12組 市内在住・未就園児	
16（水）	健康講話	10:00～11:00 予約開始　11/25～・10組 市内在住・未就園児	
21（月）	おはなしひろば	10:30～11:00 予約開始　11/30～・12組 市内在住・未就園児	
23（水）	手形アート	10:15～ 予約開始　12/2～・10組 市内在住・未就園児	

《お知らせ》
※講座は伊勢市に住民票のある方・未就園児が対象です。講座予約は二次元コード（通信記載）及びＵＲＬ（HP掲載）からの申込となります。
※予約開始は講座実施日3週間前の開館時間より申込ができ、先着順となります。
（キャンセル待ちは電話申込となります）
※キャンセルされる場合は電話でご連絡ください。
※ななないろ通信は伊勢市のホームページにも掲載しています。行事予定は変更になる場合があります。
※育児講座の受講にあたって、手話・要約筆記等の配慮が必要な方は、利用予定日の3週間前までにご相談ください。

《利用について》
☆つどいの広場、各種子育て講座、子育て相談
毎週月曜日・水曜日・金曜日　10:00～15:00
☆園庭開放…毎週月～金曜日　10:00～15:00
（但し、祝日、年末年始、こども園の行事日は除く）
☆駐車場は、16台ほどあります。
☆伊勢市に暴風警報発表時等は休館となります。

《お問合せ先》
伊勢市しごう子育て支援センター「ななないろ」
住所：伊勢市一宇田町891-1
0596-25-6160

《移動支援センター》
11月の移動子育て支援センターの開催日をお知らせします。
■利用時間：9:30～11:30（身体計測も行っています）
5日（木）修道こども園　子育て支援室
（楠部町105-8　TEL65-5118）
11日（水）宮本地区コミュニティセンター
（前山町355-4　TEL22-2232）
26日（木）城田地区コミュニティセンター
（上地町1809-1　TEL22-3638）