

ほっ♡と子育てつうしん

令和5年度 あき号【年4回発行】

室田保育園・鶴が台保育園・香川保育園

茅ヶ崎市の公立保育園より、すぐに役立つ子育て情報をお送りします



保育園に遊びに来ませんか

保育園では園庭開放やのびのび広場を開催しています。子育てのちょっとした疑問も、お気軽にご相談ください。お待ちしております。

(香川保育園の園庭開放が10:30~15:00に変更となりました。)

		10月	11月	12月
室田	園庭開放	11日(水) ミニ運動会 ごっこ 25日(水) ハロウィン 製作	1日(水) 玉入れ 15日(水) トランポリン	6日(水) トランポリン 20日(水) クリスマス製作
	のびのび 広場	11日(水) 運動会ごっこ (香川公民館)	8日(水) タッチケア (香川公民館)	13日(水) クリスマス製作 (香川公民館)
鶴が台	園庭開放	13日(金) 運動遊び	22日(水) トランポリン	6日(水) コンビカー 遊び
	のびのび 広場	11日(水) 運動会ごっこ (香川公民館)	8日(水) タッチケア (香川公民館)	13日(水) クリスマス製作 (香川公民館)
香川	園庭開放	18日(水) 運動遊び	15日(水) トンネル遊び	20日(水) クリスマス製作
	のびのび 広場	11日(水) 運動会ごっこ (香川公民館)	8日(水) タッチケア (香川公民館)	13日(水) クリスマス製作 (香川公民館)

- ★園庭開放について
詳しくは各保育園のホームページでご確認ください。
- ★園庭開放にお越しの際、
誕生月の方はお知らせください。お祝います！

朝ご飯を食べると良い事いっぱい!!

朝ご飯は1日のスタートです。朝起きたときの体はエネルギー不足で体温も低い状態。朝ごはんを食べないと、ぼーっとして元気が出にくく、ケガをしやすくなってしまいます。朝ご飯を食べると体に良い事がたくさんあります♪
例えば…

○体のリズムが整う!!

朝ご飯を食べればエネルギーがいきわたり、体が目を覚まし、1日をすっきり元気にスタートできます。

○睡眠によって下がった体温が上がる!!

朝ご飯を食べると栄養がいきわたり体の中で熱が作られ体温が上昇します。

○脳が活発に働く!!

脳のエネルギーは「ブドウ糖」と呼ばれる成分です。ブドウ糖は体の中に少ししか蓄えられないので、朝ご飯を食べることでエネルギーを補給し、活発に働かせることができます。

元気に過ごせるよう朝ご飯をしっかりと食べましょう

朝は忙しいから、
夕食の残り物やお味噌汁、
おにぎりでも十分だよ♪
おにぎりはラップを使うと
お皿も手も汚れず、
洗い物も少なく済むだよ♪



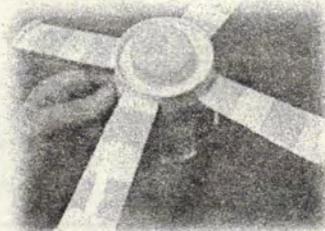
くるくる回る！ヘリコプターを作ろう

○用意するもの

紙コップ1つ、ペットボトルキャップ1個、ハサミ、木工用ボンド

○作り方

- ① 紙コップの底にペットボトルキャップを木工用ボンドでつける
- ② 紙コップのフチに8等分の印をつける
- ③ 印をつけた箇所をハサミで切る
(底を切らないように注意)
- ④ 十字になるように外側へ折ったら完成!



キャップを持って

くるくる～!

外に出て飛ばしてみよう

【ほっと子育て支援ホームページ】見てね!

YouTube「ちがさき動画ライブラリー」にて親子で楽しむ遊び動画「ふれあい広場」の紹介もしています。



茅ヶ崎市こども育成部保育課

室田保育園 0467-53-1225

鶴が台保育園 0467-51-0782

香川保育園 0467-57-6002



茅ヶ崎市立浜見平保育園

地域育児センター通信

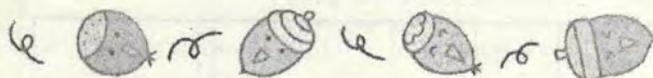


☆令和5年度 秋号

地域育児センターに遊びに来ませんか？

地域育児センターは就学前の乳幼児と保護者の方が、ゆっくりくつろいだり、気兼ねなくおしゃべりしてリフレッシュできる場、また、公立保育園の保育士が、子育てについてのアドバイスや相談にのり、子育てが楽しくなるよう一緒に考えていきます。ぜひ、お子さんと一緒に遊びに来てください。

10月～12月のイベント予定



誕生会	10月19日・11月16日・12月14日 毎月（木）午前10時から10時20分 ※毎月 月初めから予約受付開始	誕生月のお友だちが集まり、手作りの誕生日カードと歌でお祝いしています。
タッチケア	10月18日（水）午前10時から10時30分 ※ 月初めから予約受付開始	お子さんと触れ合いながら親子の絆を深める講座です。
救命講習会	12月5日（火）午前10時から10時45分 ※11月27日（月）から予約受付開始	緊急時の心肺蘇生法や子供の窒息時対処法など学びます
個別栄養相談	11月22日（水）午前9時30分から11時 ※月初めから予約受付開始	栄養士さんに個別で食事の進め方など食について相談できます。
のびのび広場	10月4・18日（水） 11月1・15日（水）午前9時30分から11時 12月6・20日（水）	地域育児センターは毎週水曜日は赤ちゃんの日で歩けるお子さんは使用できませんが、浜見平保育園のホールで遊ぶことができます。
NEW 離乳食体験	10月25日（水）後期食 11月22日（水）中期食 12月27日（水）後期食 午前11時から11時40分 ※月初めから予約受付開始	お子さんの離乳食の体験ができます。（試食付き1食300円） 各回3組まで メニュー等詳細は育児センターまで。

保育園の0歳児クラスの食事の様子を見学後に、お子さんに離乳食の体験をお母さんと一緒にしてもらいます。また、給食調理員から離乳食の作り方のコツを聞くことができます。

育児相談

育児センター利用者と職員とのお喋りの中で出てきた相談を紹介し、気になることは、話してスッキリするのが一番の解決策かも知れません。育児センターで職員とお喋りしましょう。お電話でも受け付けています。



Q. 歯が生えてきたけれど、歯磨きはいつからすればいいのでしょうか？
というご相談について

A. 歯磨きは乳歯が生えたタイミングから行うといいですね。お口の中を清潔に保つように意識することは大切なことです。授乳後も指にガーゼを巻いてお口の中をきれいにしてあげましょう。口内を掃除することが習慣になっていけば歯磨きも慣れやすいですよ。



利用案内、イベントの詳細についてはホームページをご覧ください。お電話でもお問い合わせください。



浜見平保育園地域育児センター

連絡先 0467-83-8810