

ほっ♡と子育てつうしん

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。

		4月	5月	6月	体験保育
室田	園庭開放	お休み	28(火) パレーン	12(水) 玉入れ	5/28(火) 6/12(水)
	のびのび 広場	お休み	16(木) ふれあい遊び	20(木) ふれあい遊び	
鶴が台	園庭開放	お休み	8日(水) コンビカー	12日(水) おはなし	5/15(水) 6/19(水)
	のびのび 広場	お休み	8日(水) おはなし 手作りおもちゃ (香川公民館)	12日(水) 運動あそび (香川公民館)	
香川	園庭開放	お休み	15日(水) 園のおもちゃ で遊ぼう	19日(水) かたつむり 製作	5/28(火) 6/25(火)
	のびのび 広場	お休み	8日(水) おはなし 手作りおもちゃ (香川公民館)	12日(水) 運動あそび (香川公民館)	

★体験保育行っています(9:40～給食終了まで。給食体験は希望制 有料)

★園庭開放にお越しの際、誕生月の方はお知らせください。お祝いします！

★園庭開放・体験保育について詳しくは各園のホームページ閲覧又はお問い合わせください。

<たくさん噛んでおいしく食べよう！>

噛むこと(咀嚼)は消化や吸収を助けるだけでなく、脳の働きにもとても大切！

よく噛むためのポイントをご紹介します♪

- ① 大人も一緒に口を動かしてみよう
目の前で一緒に口を動かして噛む口の動きを見せてみましょう。真似できるかな？
- ② 一口量ずつお皿にのせてみよう
おいしそうな食事が並んでいると、飲み込む前に次々、口へ運んでしまうことも…。小皿に分けることで味わいながらゆっくり食べることができます。
- ③ もぐもぐ、かみかみ、言葉にしてみよう
ほくほく、さくさく、しゃりしゃり…食感を言葉にして伝えと、噛んで食べることが楽しくなるかも！？



<散歩を楽しもう> 散歩ってどんなことに注目したら良いかわからない！ということもあるのではないのでしょうか？散歩を楽しむポイントやメリットをお伝えします♪

☆視界に映る物・事を言葉にしよう…道を歩いていると虫がいたり、草花が咲いていたり、鳥の音が聞こえたり…気にかけてみると色々なことが視界に入って来ますよね。大人にとって当たり前風景でも、子どもにとっては刺激的なことばかり。そんな様子を実況中継のように言葉にしてみましょう。そうすることで子どもの興味関心がぐーんと広がります。(※車通りの少ない安全な道で行ってください)

☆日光を浴びるといいことばかり…日光を浴びることで骨が強くなる・免疫力が高まるなどの効果があります。また、朝に目が覚めて日光を浴びることで、夜には睡眠ホルモンの分泌が増え、自然と眠くなってくるため、健康的な生活リズムを作ることができます。

【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。

【インスタグラム】を始めました！

ぜひのぞいてみてください。(@chigasaki hoiku)

ほっ♡と子育てつうしんは今回をもちまして最終号となります。こちらでお届けしていた子育てに役立つ情報は今後インスタグラムで発信していきますので、そちらをご覧ください。



CHIGASAKI_HOIKU

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