

きのみ通信 5月号

本郷ゆうし保育園 子育てひろば
<https://www.higashihoikukai.or.jp/>

mail kosodate@hongouyuushi.ed.jp



令和 7.5.1 (木) 発行

稲城市東長沼 2115-2
TEL 042-401-6951
FAX 042-401-6952

5月の園庭開放は、

1日(木) 7日(水)、8日(木)、14日(水)、15日(木)、21日(水)、22日(木) 28日(水) 29日(木) ※時間は、9:00~12:00です。(11:45には、お片付けを始めます。)

5月のどんぐりの会・くるみの会

園庭開放は、
予約はいりません。
どなたでもどうぞ。

【くるみの会】①

【日時】5月13日(火) 10:00~11:00

【内容】育児講座

虫よけスプレーを作って持ち帰ろう!

保育園の看護師と話してみよう!

☆夏のすごし方について等、気になる事が
ありましたら、お気軽にご相談ください。

【対象年齢】令和4年4月2日~

令和6年4月1日生まれのお子さん

【定員】10組

【くるみの会】②

【日時】5月20日(火) 10:00~11:00

【内容】保育所体験 1歳児クラスと一緒に
製作遊び

【対象年齢】令和5年4月2日~

令和6年4月1日生まれのお子さん

【定員】10組

【どんぐりの会】

【日時】5月27日(火) 10:00~11:00

【内容】育児講座

虫よけスプレーを作って持ち帰ろう!

保育園の看護師と話してみよう!

☆夏のすごし方について等、気になる事が
ありましたら、お気軽にご相談ください。

【対象年齢】令和6年4月2日生まれからのお子さん

【定員】10組

* ゆうしとあそぼ *

5月14日(水) 本郷児童館にて

10:30~11:45 本郷ゆうし保育園の保育士が
楽しい遊びをお届けします。是非、遊びにいらしてください。

つどいのご予約について

◎予約受付時間

*月~金曜日までの9:00~17:00

*毎月1日から前日の12:00までが受付になります。

(1日が土日祝日の場合は、翌日又は月曜日よりになります。)

※予約の際には、内容をご確認の上ご連絡ください。

◎申し込み方法

電話又は、園庭開放にお越しの際にお申し込みください。

※ご予約は定員になり次第締め切らせていただきます。

キャンセルの場合はお電話にてご連絡ください。

尚、一人で複数の方のご予約はご遠慮ください。

※兄弟、姉妹で参加ご希望の場合は、上のお子さんの年齢の
つどいにご参加ください。尚、予約の際には、下のお子さんの
お名前・生年月日もお知らせください。

※予約の際には、内容をご確認の上ご連絡ください。



栄養士より ぱくぱく・もぐもぐ

「安全でおいしい食事」で心と身体の健康を！

園では、子どもたちが安心して食べられるよう、安全な食事づくりを第一に考えています。そして、食を通して食べる楽しさを伝えていきたいと思っています。今回は安全な給食づくりの工夫と、子ども達に「おいしい！」と感じてもらうために必要な配慮についてお伝えします。

★おいしい！と感じるために

1. 「食べるきっかけ」を大切にする

繰り返し、刺激にさらされると、その刺激への親近感が増すことがわかっています。これは「見れば見るほど好きになる」ということです。園では、食べ物を身近に感じられる体験を大切にしています。



2. 空腹を感じられるリズム

おいしく食べるためには、空腹や食欲を感じ、それが満たされた時の満足感を知ることが大切です。園では、規則正しい生活の中で、身体を十分に動かすことができる時間を設けて食欲アップにつながっています。

3. 五感への配慮

「おいしい！」と感じてもらうためには、子どもたちの五感に配慮し、嫌悪感を減らしながら、食への興味関心を高めることが重要です。



看護師より すくすく・のびのび



こどもとの大切な時間をすごせていますか？

新しい年度になり、多かれ少なかれ、それぞれの環境が変わり、育児に仕事、毎日忙しい日々を過ごしているかと思います。そんな中、ふっと「子どもと触れ合う時間がとれているかな？」と感じることはありませんか？

1日10分、本気で子どもと遊ぶ「絆」は時間の長さよりも「濃さ」が大切です。

たとえば1日10分、何も考えずに、ただ子どもと本気で遊ぶ。その10分は仕事のことも家事の事も考えず、スマホもいじらず、ただ子どもと遊ぶ、または楽しいことを共有するだけ。赤ちゃんの場合も、話しかけたり、目を合わせたりしてやりとりをしてみてください。この10分のふれあいタイムは、通園や入浴時間の中にも意識することができます。「子どもと心を共にする時間」という意識が大切なのです。10分、真剣に遊ぶと、結構意外な面白さに気づくことがあったり、子ども時代のことを思い出して懐かしい感覚がよみがえって来たりします。ママやパパが「ああ、楽しかった！ さあ、お風呂に入って寝ようか」と自分も満足したことや、このあとの見通しを口にすると、子どもも満足するでしょう。反対にママやパパがイライラしたり、疲れていたりするのも子どもは感じとって、同じようにイライラします。

気持ちにゆとりを持つために大切なことは、困ったときに「助けて」と言えることです。仕事でも育児でも、ゆとりをなくして気持ちが追いつめられる前に、周りの人に「助けて」と言ってください。いちばん大事なことは、子どもが健康で安心していられること。そして、自分も子どもも、周りの人も家族もみんなが笑っていられることなのです。子育てに困ったら、子どもはもちろんですが、家族全員が笑えるにはどうしたらいいかと考えると、無理のない答えが見えてくると思います。

https://shimajiro.benesse.ne.jp/contents/column/wm_kizuna/ 抜粋



☆育児相談を行っています☆

子育てについて、食事の事、健康の事、睡眠の事やお友達の事等、なんでもお気軽にご相談ください。園庭開放やつどいでもお話を伺いますが、電話によるご相談、また来園してのご相談もお受けしております。

月曜日から金曜日 9:00~16:00 TEL: 042-401-6951