



4・5・6月の予定



広田保育所子育て支援センター
☎0242-93-5510 (育児・栄養・健康などの相談ダイヤル)

※申し込みが必要ですので、予定をご覧になり連絡をお願いします。
 希望の時間を前日までに予約してください。
 今年度よりお申し込みは、ロゴフォームからお願いします。
 キャンセルする場合は、これまで通り電話での連絡をお願いします。

広田保育所子育て支援センターでは、妊娠期から就学前までの様々な子育て支援事業を行っております。
 家庭と地域・保育所が共に支えあいながら、子育ての和みの場となり、あたたかい雰囲気の中で子どもたちが、そしてご家族と一緒に成長していけるように応援していきたいと思っています。これからも、親子で、いっぱい笑顔になりましょう！！

ベビーすきっぷ



★対象……0才児と保護者

月日	申し込み	時間	内容	場所
4/24 (木)		9:30 ～ 11:00	参加者同士の交流や育児相談他、ふれあい遊びを楽しみましょう！ ※身体測定もあります。	河東保健センター
5/22 (木)				
5/29 (木)				
6/26 (木)				

親子ヨガ講座

子育て支援講座

- ★対象……0才児から未就学児の親子
- ★定員……20組
- ★持参品……バスタオル・汗拭きタオル・飲み物・着替え
- ★動きやすい服装でお越しください

月日	申し込み	時間	内容	場所
6/19 (木)		9:30 ～ 11:00	親子でリズムに合わせてダンスをしたり、身体を動かしたりして楽しみましょう！！	河東公民館2階

すきっぷ



★対象……おおむね1才～未就学児と保護者

【支援事業内容】

- ・ベビーすきっぷ (要予約)
- ・すきっぷ (要予約)
- ・育児講座 (要予約)
- ・所庭解放
- ・育児相談
- ・絵本の貸し出し

月日	申し込み	時間	内容	場所
5/23 (金)		9:30 ～ 11:00	参加者同士の交流や育児相談他、ふれあい遊びを楽しみましょう！ ※身体測定もあります。	河東保健センター
6/20 (金)				

◎広田保育所の所庭であそぼう！～所庭開放～

※お天気のいい日に保育所へ遊びに来てみませんか？
 *日時:月曜日から土曜日
 午前10時から午後3時半まで

4月からは、安全のため所庭開放の時間帯は正門が閉まります。
 正門が開いている目印に、正門の所に旗が出ています。もし、出ていない時は、どうぞ裏門からお入りください。
 ※遊びに来た時は、職員に一言声を掛けてください。





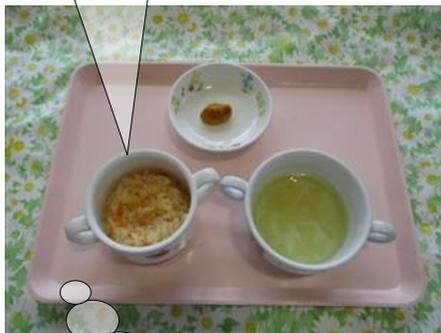
離乳食紹介

メニュー

野菜ぞうすい
だいこんの汁
かぼちゃのマッシュ

<8倍がゆ>

とりささみ、たまねぎ、
にんじんが入っていて
とても彩りがきれいです



【野菜ぞうすい】後期食

<材料>…一人分
 ・ご飯又はおかゆ…… 1/3 カップ程度
 ・人参…………… 500円玉(1cm)サイズ
 ・たまねぎ…………… “
 ・ささみ…………… “

<作り方>

- ① 野菜を刻む。(人参はいちょう切り、たまねぎはスライスする)
- ② 鍋に野菜と水をたっぷりめに入れて軟らかくなるまで煮る。
- ③ 軟らかく煮えたら、ささみを加え煮る。
- ④ ささみに火が通ったら、野菜とささみを月齢に合わせて、細かく刻む。
- ⑤ ④にご飯又はおかゆを入れ、ひと煮立ちさせたらできあがり！

※ 野菜は季節のもの、肉を魚に変えてもいいですね！



ちょこっと

♪ わらべ歌 ♪

【このここのこ】

このこ このこ
かっちゃんこ
(繰り返す♪)

★ おやこあそび

《あそびかた》

子どもを抱っこして、歌いながらゆらす。
最後の、「♪こ」は振り子が揺れて戻ってくるような余韻を残す歌い方と揺らし方で遊びを終える。

- 子どもが揺れの心地良さを感じられるように、ゆっくり揺らしましょう！



けんこう情報

手洗い

手洗いはかぜや感染症の予防にもつながります。外遊びの後、トイレの後、食事の前にはしっかり手を洗う習慣を付けましょう。

きれいな
手の洗い方

<p>腕まくりをし、水道水で手を濡らします。</p>	<p>石けんをしっかり泡立てます。</p>	<p>手の平を合わせて洗います。</p>	<p>手の甲を洗いませます。</p>
<p>指と指の間を洗います。</p>	<p>指先、爪の中を洗います。</p>	<p>手首を洗います。</p>	<p>石けんを流し、清潔なタオルで拭きます。</p>

早寝・早起き

早寝・早起きをするためには、寝る時間を大人が習慣付けることが大切です。子どもが寝る時間になったら、大人も就寝前の雰囲気をつくりましょう。子どもが寝付けないうちは、体を優しくトントンとたたいたり、絵本を読み聞かせたり、子守唄を歌うなどして、就寝を促します。寝る直前の入浴は、体温が上がって寝付きが悪くなることもあるので、なるべく避けましょう。また、朝はカーテンや窓を開けて日の光を取り込むと体内時計がリセットされ、寝覚めがよくなります。朝ご飯のにおいをさせたり、子どもの好きな音楽をかけるのもよいでしょう。

