



広田保育所 子育て支援情報誌

すきっぷ通信

令和5年度 2月号



暦の上では春ですが、まだ寒い日が続いています。
この時期は感染症などの病気がはやってきます。手洗い・うがいなどをし、
予防をしながら、元気いっぱい過ごしていきたいですね！

1月の様子



起き上がり小法師作りや
団子さしなどの冬ならではの
行事を楽しみました♪



十日市にちなんで、お店屋さん
ごっこをしました！

季節のわらべうた遊びや、
ふれあい遊びで、
身体も心もほぐれたでしょうか？



— 広田保育所の子育て支援 — いつでもご利用下さい！
月曜日から金曜日の 10:00 から 16:00

◎ 絵本の貸し出し

保育所の絵本コーナーにて2冊まで貸し出し可能です！
1週間を目安にご返却お願いいたします。

◎ 電話相談（育児相談、健康相談、栄養相談等）

☎ 0242-93-5510（子育て支援電話直通）



温かいお茶を飲みながら、ひと息つきませんか？
みなさんのご参加をお待ちしております^^
おじいちゃん、おばあちゃんとの参加も大歓迎です♪

2月・3月
親子交流ひろばのご案内



※ 前日まで予約を受け付けています！

⇒ ☎ 0242-93-5510（子育て支援電話直通）

2月の予定	時間	内容	場所
2 / 1 (木)	9:30 ~ 11:00	「豆まき会」 ◆対象：0才～未就学児と保護者	河東保健センター 2階
2 / 20 (火)		「おひさま助産師による産後ダンスと相談会」 ◆対象：0才児と保護者 持ち物：抱っこ紐、動きやすい服装、水分、予備の着替え類	河東公民館 2階大ホール
2 / 21 (水)		「親子交流ひろば」 ◆対象：0才～未就学児と保護者 親子交流やふれあい遊びをしましょう。身体測定もあります。	河東保健センター 2階
2 / 28 (水)			
2 / 29 (木)			

※29日のベビーマッサージは、予防接種後48時間は行うことができません。ご了承ください。

3月の予定	時間	内容	場所
3 / 12 (火)	9:30 ~ 11:00	「親子交流ひろば」 ◆対象：0才～未就学児と保護者	河東保健センター 2階
◎ 身体測定日		参加者同士の交流や育児相談 他、季節のおもちゃ作りやふれあい遊びを楽しみましょう！	

※ 予定が変更になることもありますのでご了承下さい

【4月の予定】*親子交流ひろば*

4月も親子交流や育児相談会のほか、おもちゃづくりなどの製作や思い出の品づくりを楽しみましょう！次号にて詳細をお知らせいたします。

助産師さんといっしょに 親子で産後ダンス を楽しみませんか？



とき： 令和6年2月20日（火）9:30～11:00
 場所： 河東公民館2階
 対象： 0歳児と保護者
 持ち物：
 抱っこ紐、水分、動きやすい服装、予備の着替え

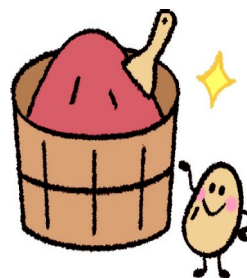
助産師さんとゆっくりお話しできる時間もありますので、
 ぜひご参加お待ちしております♪（お電話でご予約をお願いします）



発酵食品、 みそ

健康によいと話題の発酵食品。みそもその一つで、
 ダイズとこうじ、塩を発酵させたものです。元々、
 たんぱく質や脂質、ビタミン、ミネラルなど、栄養
 豊富なダイズ。それが発酵することで、**栄養
 価がアップし、消化・吸収しやすくなっています。**
 みそにはさらに、他の食品の消化吸収を助け、腸
 内にたまったものを体外に出す効果もあります。

発酵食品とは、微生物
 の働きによって、風味
 や栄養価が高まった食
 べ物のこと。漬け物や
 納豆、チーズも発酵食
 品です。



ちょこっと ♪わらべ歌♪

【おきあがりこぼし】

おきあがりこぼし
 おきあがりこぼし

おきてころんで またおきて

ころんでおきて またこけて

おーきた

《あそびかた》

♪おきあがりこぼし
 おきあがりこぼし⇒

♪おきて ⇒
 ころんで ⇒
 またおきて⇒

♪ころんで ⇒
 おきて ⇒
 またこけて ⇒

♪おーきた ⇒

♪ひざを抱えて座
 り、前後に揺れる。
 （後ろから倒れる動
 きで始まる）

♪「おきて」で起きる。
 「ころんで」で寝転ぶ。
 「またおきて」で起き
 る。

♪「ころんで」で寝転
 び、「おきて」で起き
 る。「またこけて」で寝
 転ぶ。

♪「おーきた」で起き
 る。

スマートフォンに 頼らない 室内あそび



- 雨の日や待ち時間を楽しく
 子どもにとってのあそびは、食事や睡眠と同
 じくらい大切なもの。子どもたちは発達過程
 に合ったあそびを通して、運動能力や手指の
 機能、そして思考力を育てていきます。
 0歳から1歳ごろの室内あそびの時期、雨
 の日、乗り物の中や病院の待ち時間などには、
 スマートフォンだけに頼らない室内あそびを、
 ぜひ親子で楽しんでみてください。

1～2歳

よちよち歩きのころ

手押し車、引っ張るおもちゃ、型はめなど

2～3歳

見立てあそびのころ

手あそび歌、積み木、折り紙、お絵かきなど

3～4歳

こっこあそびのころ

ままごと、着せ替え人形、パズル、風船パレーなど

4～5歳

手指を使うころ

折り紙、ブロック、粘土、かるた、しりとりなど

5歳～

ルールを理解するころ

ジェスチャーゲーム、伝言ゲーム、
 ボードゲーム、かるた、工作など

