

園庭解放のお知らせ

〈日時〉 毎週木曜日
9:30~11:30



安井保育園では、地域に住んでいる未就園児のお子様安心して遊べる場として園庭を開放しています。

保護者の方にも子育ての楽しさを感じていただいたり、心配事や悩みを話し合える機会になればいいなと思っています。

相談や子育てについての質問などあれば、お気軽に声をかけてくださいわ。

育児講座のお知らせ

2月25日(月) 新聞紙であそぼう
10時~11時 安井市民館にて

※安井保育園の改修工事のため、場所を変更しています。ご迷惑をおかけしてすみません。

あいあい広場のご案内

甲山福祉センター総合相談支援センター
(石劬町19番13号 tel0798-71-2933)

にて開設しました。あそびに来てください。

1月25日(金) 2月8日(金)22日(金)

3月8日(金)15日(金) いずれも9:30~12:00

ホームページより資料をダウンロードできます。

是非ご利用下さい。



一時預かり事業

安井保育園では、子育てを応援するための地域支援事業を行っています。就学前までのお子様をお預かりいたします。

急な病気や冠婚葬祭・学校の行事仕事・リフレッシュなどにご利用下さい。

事前に面談が必要です。

まずは園にご連絡ください。

資料をお渡ししています。

(利用者が重なっている日など、希望日にご利用いただけないことがあります。)



子育て相談

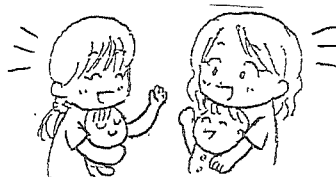
一時預かり・子育て講座・園庭開放などをご利用の際でもけっこうです。

子育てについての悩みや相談があれば気軽に声をかけてください。

電話でも受け付けます。

育児講座も企画しています。

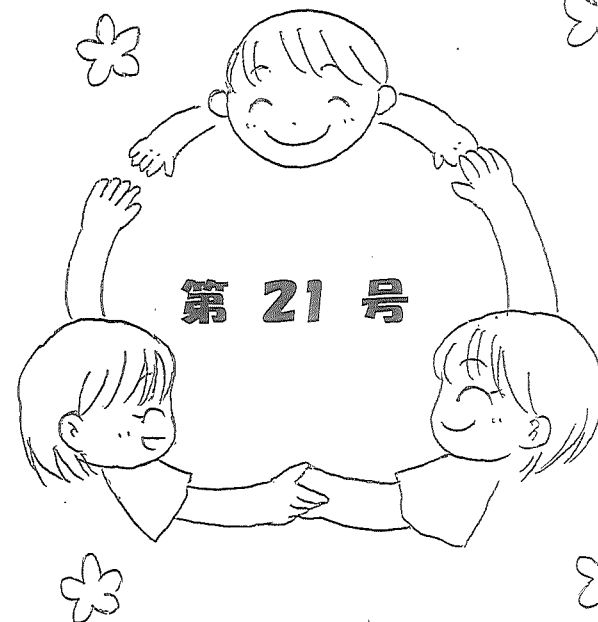
日程が決まり次第お知らせしていきます。



2013年

子育て新聞

~てをつなごう~



第21号

安井保育園

兵庫県西宮市安井町4-15

TEL 0798-34-6677

FAX 0798-34-0337



家の中でも楽しくあそぼう

寒い季節になると、ついつい外にでるのが億劫になりますよね。でも一日に一回は戸外に出て外気にあたり丈夫な身体をつくりましょう。午前中のおひさまぼかぼかの時がいいですね。



さて、部屋の中でのあそび。皆さん、きっと得意なあそびをもっていらっしゃる事でしょうが、ここでもいくつか紹介したいと思います。

{まてまてあそび}

子ども達は、追いかけられるのがとても好き。まして大好きなお家の方からなら、もう最高！ 這い這いの時期なら這い這いで。よちよち歩きの子にはゆっくりペースで。しっかり歩けるようになったら少しスピード感を出して。必ず「〇〇ちゃん、まてまてまて」と声をかけてあげましょう。こたつやテーブルのまわり、隣の部屋まで遠征していても楽しいですね。

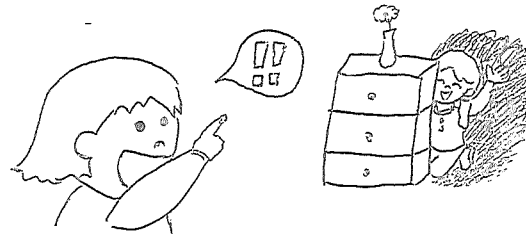


{かくれんぼあそび}

大きい子がするように完全に姿をかくしてしまうと、小さい子ども達は不安がりますので、最初

は、頭はかくしても体の一部は見えるようにし、すぐ見つけられるようにしてあげましょう。そして子どもが見つけた時にはタイミングよく「バー」と言ってあげましょう。そうすると子ども達は大喜び。キャッキョと歓声をあげ「もう1回」と催促することでしょう。

遊びはなんでも易→難、やさしいルールから始め、少しずつ難しくするともりあがりますよ。

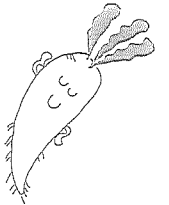


{みかんの動物}

こたつの上にみかんを盛ったかごがあるなんて、まさに冬の風物詩ですね。そのみかんにちょっといたずらをして絵をかいてみてはいかがでしょう。動物村が出来上がるのでしょうか。それとも車のオンパレード？「どのみかんがいい？ママはうさぎさんにしようっと。」とおしゃべりしながら、お子さんが懸命にみかんの皮をむくかわいい様子を見るのは楽しいですよ。みかんの動物たちを並べて、歌をうたったり、即興で話を作りおはなしあそびをするのもいいですね。

こんな楽しい経験の積み重ねが、心の栄養になっていくのです。いろいろなあそびを、創り出してくださいね

冬のおいしい野菜とは？



冬の野菜は甘みもでて、やわらかくおいしくなっています。

寒い冬には、体を温めるやさい（根菜類）でぼかぼか栄養たっぷりといきたいものです。（ポトフなどは簡単に作れていいですよ♪）

冬場は基礎代謝量（生命を維持するのに必要な最低限のエネルギー量）も増え味覚的にも蛋白質・炭水化物・脂肪といったエネルギー源になるものを好みます。

これらの消化・吸収・代謝を効率よくするためには、野菜・海藻・果物・乾物を積極的に摂取したいものです。



冬の野菜

ブロッコリー カリフラワー れんこん
かぶ 白菜 ほうれん草 小松菜 大根
しろねぎ にんじん ゆず ゆりね いら
水菜

