



もっと地域に開かれた保育を願って

おひさま

ひまわり広報誌 252号 2023年4月号 ひまわり保育園 所沢市中新井 435 Tel 04-2942-8774

こどものこと何でも相談

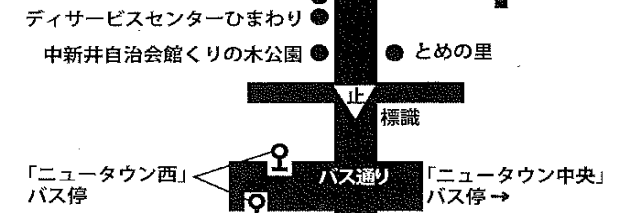
Tel 04-2942-8774

月～金 10時～4時

メール ohisama@himawari-hoikuen.com

URL http://www.himawari-hoikuen.com/

ひまわり保育園



♪ 子どもの足と靴のお話 ♪ ～パート1～

やわらかな春の日差しの中、新年度がスタートしました。園庭や公園でも、草花や虫などが顔を出し始め、春を感じますね。

今年度も皆さんと、笑って泣いてたくさん遊んで、子育てを語り合い、楽しく過ごしていきたいと思ひます。お子さんを真ん中に、お母さん、お父さん、地域の皆さん、保育士、皆が繋がり、お子さんの成長を喜び合えるような素敵な子育ての輪を作っていきます。

今年度もどうぞよろしくお願い致します。

今月は、お子さんの足と靴についてのお話です。お子さんの健やかな成長の為、そして安全な生活の為に大切な「靴」。知っているようで知らなかった靴の事をお伝えします。

まずは、靴選びについてです。お子さんの成長にあった靴選びをして、気持ちよく履いて、たくさん遊びましょう。

靴選び4つのポイント



1、甲の部分に面ファスナー（マジックテープ）のベルトが付いている

面ファスナーのベルトで足の甲と靴をしっかり締めて、よい位置に固定することが、心地よいフィット感をもたらす、歩きやすい足を育てます。まずは、お子さんが操作しやすい片側ベルトを選びましょう。操作に慣れてきたら、固定力の高い折り返しベルトに移行すると良いでしょう。

脱ぎ履きの楽なスリッポンタイプは靴の中で足が動いて不安定なため、歩きにくく疲れやすいです。また、緊急時に脱げる事も多く、事故などでの危険を招く可能性が高くなります。長時間遊んだり歩いたりする際には、面ファスナーのベルトで固定できる靴を履きましょう。



片側ベルト



折り返しベルト



望ましいベルトの方向

ベルトの幅は1.5cm程度で、←左の図のように前足首とかかとを結んだ延長線上に斜めについていると良いでしょう。又、ベルトの裏側のマジックテープ部分は、先端から根本まで広い範囲についているものが、足に合わせて調節しやすいです。

2、かかと周りが硬く、しっかりしている

立った姿勢をまっすぐ支える為には、靴のかかとの強度が必要です。柔らかいかかとの靴では、足がぐらつき、不安定になります。かかと部分を両側から力いっぱい押ししてもへこまない、硬くて丈夫なものがお勧めです。

3、靴底が歩き方にあっている

【1歳代】

足の安定をもたらすように、靴を置いたときにぐらつかず、靴底が地面にピタッと安定するものがお勧めです。



【2歳以降】

足や足首をダイナミックに動かせるように、靴を持って曲げた時につま先からかかとの長さの3分の1の位置が楽に曲がり、靴底に適度なクッション性のあるものがお勧めです。



4、中敷きを取り出せる

中敷きを取り出せると、足の汗染みの跡から靴内の足の位置を確認して、どこに力をいれて歩いているか、足と靴があっているかを判断することができます。

かかとの跡が中敷きの後ろ端にあり、5本の指跡の前に0.6cm～0.9cmくらいの余裕があると適正なサイズです。この余裕が、0.3cm～0.5cm以下になったら、0.5cm大きいサイズに交換しましょう。



足のサイズは靴屋さんで測ったり、お家で、しっかりとした箱の角にかかとを当てても測れます。靴選びの為の測定は、靴下をはいて、立った状態で測りましょう。



お子さんの足に合った形やサイズを選び、気持ちよく靴を履く感覚を育てましょう。サイズが小さいと、履きにくく、窮屈ですね。逆に大きすぎると足や膝に疲労や痛みが生じたり、転びやすくなったりする可能性があります。元気にたくさん遊んだり、歩いたり走ったりするためにも、靴は大切です。大人も同じです。この機会に是非、親子で靴の形やサイズを意識してみてください。

★次回は、「靴の履き方」についてのお話です。

出典：株式会社 学研教育みらい 『あそびと環境 0.1.2歳』 2019年7月号

2023年度 前期登録制のあそぼう会

「おひさまグループ」を募集しています♪



過ごしやすい季節になりました。春から夏にかけて、自然を感じながら、富士見公園で遊びましょう。親子の触れ合い遊びやわらべうた、季節の歌を楽しみましょう!こいのぼり作りや水鉄砲、七夕飾り作りなど、季節や行事を感じ、慣れ親しむ事も大切にしていきたいと思います。又、食事、イヤイヤ期、おしっこなど、日常の悩みについてたくさんお話できたら良いと思います。同じ年齢のお子さん同士、お母さん同士も関わりを楽しみましょう。青いシートを敷いてありますので、目印にして下さい。小さな赤ちゃんもシートの上で遊べますので安心です♪直接、又はお電話にて登録をお願い致します。

★0歳児 <R4.4以降生まれのお子さん> 富士見公園にて 10:00~10:45頃まで

4/24(月)・5/9(火)・5/30(火)・6/13(火)・7/4(火)・7/24(月)・9/5(火)・9/19(火) ※7月は室内で行います。

※4/4(火)~申し込み開始です。(直接、又はお電話でお申し込み下さい。月~金9:30~15:30まで)

★1歳児 <R3.4~R4.3生まれのお子さん> 富士見公園にて 10:00~10:45頃まで

4/26(水)・5/10(水)・5/31(水)・6/14(水)・7/5(水)・7/26(水)・9/6(水)・9/20(水)

※4/5(水)~申し込み開始です。(直接、又はお電話でお申し込み下さい。月~金9:30~15:30まで)

★2歳児 <R2.4~R3.3生まれのお子さん> 富士見公園にて 10:00~11:00頃まで

4/27(木)・5/11(木)・6/1(木)・6/15(木)・7/6(木)・7/27(木)・9/7(木)・9/21(木)

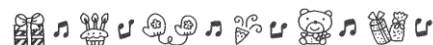
※4/6(木)~申し込み開始です。(直接、又はお電話でお申し込み下さい。月~金9:30~15:30まで)

※富士見公園の原っぱに集合です。お子さんもお母さんも動きやすく、汚れても良い服装でお越し下さい。
※お水やお茶などの飲み物をお持ち下さい。
※雨天の場合は中止です。



♪4月のお誕生会♪

4/17(月) 10:00~11:00頃
子育て支援室「ひろば」でお誕生日カード作りや身体測定をしましょう。
その後はお誕生日の絵本を見て、生まれた時の話をしてお祝いしましょう!!予約はいりません。どなたでもお越しください。



♪園庭・室内開放のご案内♪

室内開放 9:00~12:00・14:30~16:30
園庭開放 10:30~12:00・14:30~15:30

土曜日 室内・園庭 9:00~12:00

♪4月のあそぼう会♪

富士見公園で思い切り体を動かして遊びましょう!!下の原っぱに集合です。青いシートを敷いてありますので目印にして下さい。親子で触れ合い遊びやわらべ歌を楽しんだり、大きな布やボール遊び、原っぱをはいはいたりよちよち歩いたり走ったりして遊びましょう。抱っこ赤ちゃんもシートの上で過ごせます。お母さん同士でおしゃべりもたくさんできるといいと思います。予約はいりません。どなたでもお越し下さい。場所が分からない方は、9:40にひまわり保育園にお越し下さい。保育士と一緒にいきましょう。

★0歳児 (R4.4以降生まれのお子さん) 4/18(火) 10:00~11:00頃

★1歳児 (R3.4~R4.3生まれのお子さん) 4/19(水) 10:00~11:00頃

★2歳児 (R2.4~R3.3生まれのお子さん) 4/20(木) 10:00~11:00頃

※お子さんもお母さんも動きやすく、汚れても良い服装でお越し下さい。

※お茶や水などの飲み物をお持ちください。

※雨天の場合は中止です。



♪4月の予定♪

1	土	
2	日	
3	月	
4	火	
5	水	
6	木	
7	金	
8	土	
9	日	
10	月	
11	火	
12	水	
13	木	
14	金	
15	土	
16	日	
17	月	4月の誕生会
18	火	0歳児あそぼう会 富士見公園
19	水	1歳児あそぼう会 富士見公園
20	木	2歳児あそぼう会 富士見公園
21	金	紙しばい屋さん 富士見公園
22	土	
23	日	
24	月	★おひさまグループ0歳児
25	火	並木公民館 すくすく広場
26	水	★おひさまグループ1歳児
27	木	★おひさまグループ2歳児
28	金	紙しばい屋さん 富士見公園
29	土	昭和の日
30	日	

富士見公園の紙しばい屋さんは、4/21(金)からスタートです。
富士見公園にて 10:00~

土曜日の開放時間が変わっています。



予約不要となりました。

★マークは予約や登録が必要なものです。参加希望の方は、職員までお声がけ下さい。



もっと地域に開かれた保育を願って

おひさま

ひまわり広報誌 253号 2023年 5月号 ひまわり保育園 所沢市中新井 435 Tel 04-2942-8774

こどものこと何でも相談

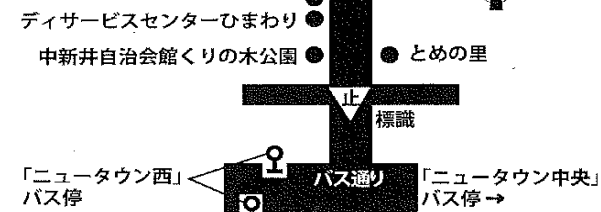
Tel 04-2942-8774

月～金 10時～4時

メール ohisama@himawari-hoikuen.com

URL http://www.himawari-hoikuen.com/

ひまわり保育園



♪ 子どもの足と靴のお話 ♪ ～パート2～

さわやかな風に、暖かい日差し。外遊びやお散歩が楽しい季節となりました。富士見公園でのあそぼう会では、広い原っぱで思い切り走ったりよちよち歩いたり、はいはいしたりしながら自然を満喫している子ども達です。しゃがんで地面を見てみると、アリ、ダンゴムシ、てんとう虫などの生き物や、色とりどりの草花にも出会えます。その一つ一つを見つけたことに子どもたちは感動し、目を輝かせます。お子さんの歩みに合わせて、道草しながらお散歩したり、原っぱで思い切り自由に遊ぶのも良いものです。気持ちの良い季節ですので、是非親子で宝物を探してみてください。

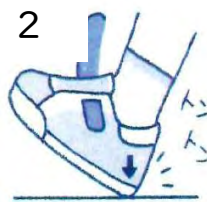
今月も、前回に引き続きお子さんの足と靴のお話です。外で気持ちよく遊ぶ為には、靴は大切です。今回は「靴の履き方」についてです。心地よく靴を履いて、たくさん遊びましょう。

正しい靴の履き方&脱ぎ方

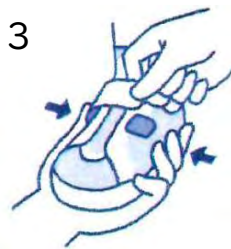
履く時は・・・



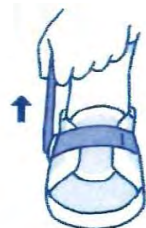
1 まず、靴に足を入れましょう。



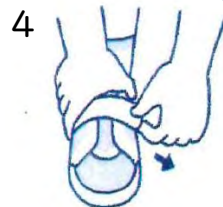
2 つま先を上げ、かかとを床や地面にトントンして、かかとを靴の後端に合わせてみましょう。



【片側ベルトの場合】
ベルトを引く方向の手とは逆の手で靴の両側を挟み込み、靴を足幅に十分合わせ、フィットさせます。15cm以下の靴を大人が履かせる場合には、靴底から挟み込むとやりやすいでしょう。



【折り返しベルトの場合】
ベルトを真上に引き上げて、靴を足軸に十分合わせてフィットさせ、そのままベルトを留めて固定します。



4 両側の引き寄せを離さず持ったまま、ベルトを留めます。



ひろばで足のサイズを測れます。職員にお声がけください。

脱ぐ時は・・・

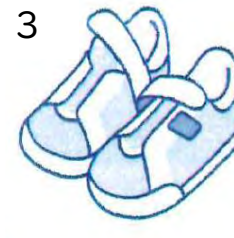


1 必ず手を使ってベルトを外します。



2 かかとを手で押さえて脱ぎましょう。

【片側ベルトの場合】



3 足だけで脱ぎ履きしないように、脱いだ後はベルトを浮かせる、又は緩めておきましょう。

【折り返しベルトの場合】



♪ワンポイント♪

靴下もサイズのあったものを

靴から足を保護する意味で、靴を履く時は靴下も用意しましょう。靴下も足のサイズに合わせ、あまり締めすぎない、靴下の中で指が動かせるものが良いでしょう。



着脱は段差があるとgood!

ズボンやパンツの着脱に段差があると良いと同じで、靴の脱ぎ履きにも高さ15cm程度の段差があると良いでしょう。玄関の段差や、台などを使うと履きやすいです。牛乳パックなどの紙パックの中に新聞紙を詰めて硬くしたものをいくつかつけ、布などを周りに貼ると手作りの台が出来ます。



正しい靴の履き方脱ぎ方は、身近な大人に履かせてもらったり脱がせてもらったりするところからスタートします。ファーストシューズから、足にフィットする心地よい感覚を育ていけるよう、意識して関わりましょう。「かかとトントンしようね」「気持ちいいね」などの言葉を添えながら援助することも大切です。

又、「はだしよりも靴のほうが良いの?」という質問も多くきかれますがそうではありません。足にとっては、はだして過ごす状態が一番良いと言われています。だからこそ、靴を履いた時に、まるではだして立ったり歩いたりしているかのような状態を作り出すことが大切です。日本の文化である、ぞうりやげたもそれぞれに良さがあります。はだしも含め、それぞれ適切な場面があります。靴を履く場面では、是非正しい履き方と正しいサイズで、靴の良さを十分活かせるようにしましょう。困った事、分からないことがありましたらいつでもご相談下さい。

出典:株式会社 学研教育みらい 『あそびと環境 0.1.2歳』 2019年7月号

♪5月のあそぼう会♪



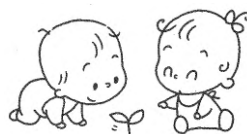
外遊びが気持ちの良い季節です。富士見公園で遊びましょう！
下の原っぱに集合です。青いシートを敷いてありますので目印にしてください。
予約はいりませんので、どなたでもお越し下さい。場所が分からない方は、9:40にひまわりにお越し下さい。一緒に行きましょう。

★0歳児 (R4.4以降生まれのお子さん) 5/17(水) 10:00~11:00頃

★1歳児 (R3.4~R4.3生まれのお子さん) 5/16(火) 10:00~11:00頃

★2歳児 (R2.4~R3.3生まれのお子さん) 5/25(木) 10:00~11:00頃

※暑くなりますので、お茶や水などの飲み物をお持ちください。
※お子さんも大人の方も動きやすく、汚れても良い服装でお越し下さい。
※雨天の場合は中止です。



♪離乳食講習会 ~初期・中期~♪

5/18(木) 10:30~12:00まで ひまわり保育園子育て支援室「ひろば」にて行います。

- ・かたさや味付け、これでいいの？
- ・今まで食べていたのに急に食べなくなった…なぜ!?
- ・こんなに食べて大丈夫?こんなに食べなくて大丈夫?
- ・手づかみで食べてもいいの？
- ・どうなったら次の段階に進めるの?? などなど..



離乳食には悩みはつきもの。皆さんでお話しながら、実際に調理を見たり食べてみたりしながら楽しく学びましょう。

※5組程度募集です。予約をお願いします。
電話:04-2942-8774
月~金9:30~15:30

※予約の際に、現在の離乳食の状況や聞いてみたい事があればお知らせ下さい。

♪ちくちくの会♪

針と糸でちくちく...世界に一つだけの手作りストラップ作りをします。
一緒におしゃべりしながら楽しく作りましょう。



日時:5/22(月) 10:00~12:00

場所:子育て支援室「ひろば」

講師:小原 政枝先生

8組程度募集します。予約をお願いします。(電話:04-2942-8774 月~金9:30~15:30)

お子さん達はお互いに見合いながら行いましょう。担当保育士もおります。

お豆の可愛い
ストラップを
作ります!

♪5月の予定♪

♪園庭・室内開放のご案内♪

子育て支援室「ひろば」室内開放
月~金 9:00~12:00・14:30~16:30

園庭開放

月~金 10:30~12:00・14:30~15:30

土曜日 室内、園庭共に 9:00~12:00



土曜日の開放時間が
変わっています。

♪5月のお誕生会♪

5/29(月) 10:00~11:00頃まで。

子育て支援室「ひろば」でお誕生日
カード作りや身体測定をしましょう。
その後はお誕生日の絵本を見たり、
生まれた時の話をしたりして
お祝いしましょう!!
予約はいりませんので
どなたでもお越しください。



1	月	
2	火	
3	水	憲法記念日
4	木	みどりの日
5	金	こどもの日
6	土	
7	日	
8	月	
9	火	★おひさまグループ0歳児 富士見公園
10	水	★おひさまグループ1歳児 富士見公園
11	木	★おひさまグループ2歳児 富士見公園
12	金	紙しばい屋さん 富士見公園
13	土	
14	日	
15	月	

16	火	1歳児あそぼう会 富士見公園
17	水	0歳児あそぼう会 富士見公園
18	木	★離乳食講習会 初期・中期
19	金	紙しばい屋さん 富士見公園
20	土	
21	日	
22	月	★ちくちくの会 ひろば
23	火	並木公民館 すくすく広場
24	水	
25	木	2歳児あそぼう会 富士見公園
26	金	紙しばい屋さん 富士見公園
27	土	
28	日	
29	月	5月の誕生会 ひろば
30	火	★おひさまグループ0歳児 富士見公園
31	水	★おひさまグループ1歳児 富士見公園

予約不要と
なりました。

★マークは予約や登録が必要なものです。参加希望の方は、職員までお声がけ下さい。



もっと地域に開かれた保育を願って

おひさま

ひまわり広報誌 254号 2023年 6月号 ひまわり保育園 所沢市中新井 435 Tel 04-2942-8774

こどものこと何でも相談

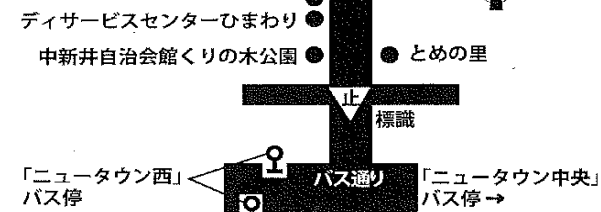
Tel 04-2942-8774

月～金 10時～4時

メール ohisama@himawari-hoikuen.com

URL http://www.himawari-hoikuen.com/

ひまわり保育園



気持ちの良い排泄のために・・・



あじさいの花が少しずつ色づき始め、梅雨の気配を感じる季節となりました。

雲の間から差し込む日差しや暑さに、初夏の訪れを感じますね。

今月は、トイレトレーニングについてのお話です。「おむつってどうやって、はずれるの?」「トイレトレーニングってどうすればよいの?」「いつから始めたら良いの?」という疑問をお持ちのお母さん、お父さんはたくさんいらっしゃいます。

おむつがとれるには、生理的な発達や神経系統の成熟が欠かせません。生後間もない頃の赤ちゃんは昼夜問わずおしっこ回数が多いですね。これは尿を溜めておく膀胱がまだ小さく、少し溜まると反射的に出る為です。

成長するにつれ膀胱は容量を増し、夜間は尿を作らなくなるようなホルモン作用が起きています。さらに脳が発達してくると膀胱に『おしっこ溜まったよ』という合図や『おしっこ出して』という指令が出るようになります。こうなると初めて、子どもは尿意(おしっこをしたいという感じ)を意識するようになります。尿意を感じるとサインを出す事も増えてきます。そのサインに気づいたら、トイレに誘ったり、こまめにおむつを替えたりして(紙おむつでも布おむつでも同じです)いつもすっきり気持ちよく過ごせると良いですね。

【排尿機能はどのように発達するの??】

0歳前半

1日に15回～20回の排尿があります。おしっこが溜まると反射的に出す為、何度もおしっこ、うんちが出ますね。

0歳後半

少しずつ、無意識に膀胱におしっこを貯められるようになります。又、おしっこがおむつに出た不快感を泣いたりぐずったり、止まったり、もじもじしたり・・・色んな方法で主張する事も増えてきます。お子さんが主張していたら、すぐにおむつを替えてあげましょう。そして、すっきりして気持ちの良い感覚を養ってあげましょう。これが後にトイレトレーニングを始めた時にとっても大切になってきます。

1歳頃

1日に7回～10回の排尿になります。(個人差はあります)膀胱に貯まった時に大人に「トイレに座ってみよう」「おしっこいこうか」などと声をかけられながら、しだいに「これが尿意」と気づいていきます。そしておしっこが出た時に大人から「おしっこ出たね」「これがおしっこだよ」などと声をかけられることで確認し、おしっこが出てすっきりして気持ちが良いことを感じていきます。この感情を大人がお子さんと共感することが大切です。

ひまわり保育園の子ども用トイレです。遊びにいらしたときに、見てみたい方、座ってみたい方は職員に声をかけて下さいね。



【トイレトレーニング開始の目安は??】

その1

お子さんのおしっこをするサインが分かる! おむつしたり動きが止まったり、声を出したりぐずぐずしたり・・・サインはその子その子で異なりますが意識して見てみて下さい!

その2

おしっこの間隔があいてくる! 2～3時間程度あけばOK。1歳半～2歳半頃ですが個人差があります。



その3

おまるや便器に座るとたまたま出る事がある! 出た時は一緒に喜びましょう! 便器に座る際は、しっかり足が地に着くように台などを置くと安定し、安心してトイレに座る事ができます。

【パンツにする目安は??】

トイレやおまるで半分くらい出るようになったら! パンツはおしっこを感じやすいです。濡れる感じや下に漏れる感じが目で分かります。しかし、パンツでいつおしっこがでるかドキドキしますね。ストレスを感じたら無理をしない事。一度おむつに戻しても問題ありません。一日のうちの午前中だけパンツするなど時間を決めても良いと思います。

【トイレトレーニングのポイント～】

失敗しても叱らず、成長のチャンスに!!

- ★上手いなくても気にしない!!
- ★後戻りもよくある事なので気にしない!!
- ★失敗しても教えるチャンスにしよう!!
- ★床におしっこをしたら・・・「おしっこ出たね」「これがおしっこだね!」と伝えましょう!

親がストレスを感じたらひと休み。成功したらたくさんほめる!! 一緒に喜び!!



トイレトレーニングでは、膀胱が一杯になる感覚を覚える事が大切です。又、一杯になることで膀胱がしだいに発達していきます。ですから、いつも膀胱のおしっこが一杯になる前に何度もトイレに誘わず、なるべく自然にまかせましょう。ギリギリの漏れそうになる感覚や、漏らす体験も必要なのです。そしてタイミングが良い時に、大人がトイレに誘う事も大切です。朝起きた時、寝る前、食事の前、お風呂の前などの生活の中で場面が切り替わる時が誘いやすいです。遊んでいる最中などは余裕があれば自然にまかせましょう。困ったこと、分からないことありましたらいつでもご相談ください。

♪6月のあそぼう会♪

今月は、富士見公園の原っぱで遊ぶ日とひまわり保育園(子育て支援室ひろばや園庭)で遊ぶ日があります。

富士見公園の日は原っぱに集合です。青いシートを敷いてありますので目印にしてください。

場所が分からない方は、9:40にひまわりにお越し下さい。一緒に行きましょう。

ひまわり保育園の日は、直接園にお越し下さい。どちらも予約はいりません。

★0歳児 (R4.4以降生まれのお子さん)

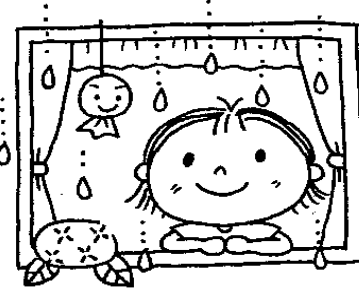
- ・富士見公園 6/7(水) 10:00~11:00頃
- ・ひまわり保育園 6/20(火) 10:00~11:00頃

★1歳児 (R3.4~R4.3生まれのお子さん)

- ・富士見公園 6/8(木) 10:00~11:00頃
- ・ひまわり保育園 6/21(水) 10:00~11:00頃

★2歳児 (R2.4~R3.3生まれのお子さん)

- ・富士見公園 6/6(火) 10:00~11:00頃
- ・ひまわり保育園 6/29(木) 10:00~11:00頃



※お子さんもお母さんも動きやすく、汚れても良い服装でお越し下さい。

※お茶や水などの飲み物をお持ちください。

♪富士見公園 紙しばい屋さん♪

日時:毎週金曜日 10:00~11:00頃

10:00~10:30 紙しばい、絵本、手遊び、わらべ歌など

10:30~11:00 絵本貸し出し、子育て相談も受け付けています。



※6/23(金)はお休みです。

★6/9(金)はヴァイオリン&フルート春のコンサートです!

富士見公園で素敵な音楽を楽しみましょう。

(雨天の場合はひまわり保育園ホールにて行います)

予約はいりません。どなたでもお越し下さい。

お家に音の出るおもちゃや好きな楽器があれば持ってきてね!

♪離乳食講習会 ~後期・完了期~♪

6/22(木) 10:30~12:00まで ひまわり保育園子育て支援室「ひろば」にて行います。

初期・中期とはまた違った様子もあり、新たな悩みが出てくる頃。実際に調理を見たり、お子さんが食べている様子を管理栄養士も一緒に見ながら、お話させていただきます。

3組程度募集です。予約をお願いします。(TEL 2942-8774 月~金の9:30~15:30の間にお願います) 予約の際に今の離乳食の様子や、聞いてみたい事があればお知らせ下さい。

♪6月の予定♪

1	木	★おひさまグループ2歳児 富士見公園	
2	金	紙しばい屋さん 富士見公園	
3	土		
4	日		
5	月		
6	火	2歳児あそぼう会 富士見公園	
7	水	0歳児あそぼう会 富士見公園	
8	木	1歳児あそぼう会 富士見公園	
9	金	紙しばい屋さん 富士見公園	
10	土		
11	日	ヴァイオリン&フルートコンサート (雨天:保育園ホール)	
12	月		
13	火	★おひさまグループ0歳児 富士見公園	
14	水	★おひさまグループ1歳児 富士見公園	
15	木	★おひさまグループ2歳児 富士見公園	
16	金	紙しばい屋さん 富士見公園	
17	土		
18	日		
19	月		
20	火	0歳児あそぼう会 ひろばと園庭	
21	水	1歳児あそぼう会 ひろばと園庭	
22	木	★離乳食講習会 後期・完了期	ひまわりの関連施設「みんなのお家」に(二木の菓子近く)予約をお願いします。2942-6568詳しくは「ひまわり幼児教室 みんなのお家」で検索して下さい。
23	金		
24	土		
25	日		
26	月	6月のお誕生会	
27	火	並木公民館 赤ちゃんひろば	
28	水	★みんなのお家 赤ちゃん食堂	
29	木	2歳児あそぼう会 ひろばと園庭	
30	金	紙しばい屋さん 富士見公園	

★マークは予約や登録が必要なものです。参加希望の方は、職員までお声がけ下さい。

♪園庭・室内開放のご案内♪

室内開放 月~金 9:00~12:00・14:30~16:30

園庭開放 月~金 10:30~12:00・14:30~15:30

土曜日 室内、園庭共に 9:00~12:00

園内で行っている消毒などの感染対策は引き続き行います。

※園内でのマスク着用は個人の判断が基本となります。

※感染拡大時は、マスクの着用をお願いするなど、

感染対策を強化する場合があります。

※咳などの風邪症状や体調がいつもと異なる場合は、

お家で安静にしましょう。



♪6月のお誕生会♪

6/26(月) 10:00~11:00頃まで

子育て支援室「ひろば」でお誕生日

カード作りや身体測定をしましょう。

その後はお誕生日の絵本を見たり、

生まれた時の話をしたりして

お祝いしましょう!!

予約はいりませんので

どなたでもお越しください。





もっと地域に開かれた保育を願って

おひさま

ひまわり広報誌 255号 2023年 7.8月号

ひまわり保育園

こどものこと何でも相談

Tel 04-2942-8774

月～金 10時～4時

メール ohisama@himawari-hoikuen.com

URL http://www.himawari-hoikuen.com/

所沢市中新井 435 Tel 04-2942-8774

ひまわり保育園

ディサービスセンターひまわり ● ● とめの里
中新井自治会館くりの木公園 ● ●

「ニュータウン西」バス通り 「ニュータウン中央」バス停 →

気持ちの良い排泄のために・・・ パート2

暑さも日々増していき、本格的な夏がすぐそこまで来ているようです。

7月は七夕がありますね。ひまわり保育園のテラスにも在園児の保護者の方から頂いた大きな笹を飾りました。

その笹に願い事の短冊や飾りをつけ、七夕の後にはお願い事が天まで届くようにと、園庭で笹を燃やします。7月は夏祭りも開催します。毎年繰り返される季節の行事を経験し、その意味に触れ、ひとつずつ大きくなっていく事はとても大切です。又、経験を重ねることによって、「梅雨がきて、夏がきて暑くなり、七夕、お祭り、お月見・・・」と見通しを持ち安心して一年を過ごす事に繋がります。ひまわりでも季節の行事を大切にしながら、今月も楽しく過ごしていきたいと思います！

さて今月は、6月号に掲載しました「トイレトレーニング」について、保護者の皆さんから様々なお話を伺いましたので紹介します。

まだおしっこが出た事はありませんが、オマルに興味を持って座っています！

2歳2ヶ月

おむつを脱ぐとジャーとおしっこが出ていたのが、最近はお出なくなりました。少し分かってきてコントロールできているのかな？！

1歳3ヶ月

うんちが出るとおむつを自分で持ってきてくれる！おむつを替える事が分かっているみたい！

2歳0ヶ月

午前中の外遊びの時やお昼寝の後に、パンツを履いています。お散歩の前、食事の前など生活の節目には「〇〇するからトイレにいこうね」と先の見通しが持てるような声掛けをしてトイレに誘っています。

おむつが安心してパンツが嫌な子もいます。その子がパンツをはきたくなるまで待ちつつ、友だちがパンツを履いたり、トイレに行く姿を一緒に見たりしています。

2歳児担任

トイレに興味を持つ子が増えてきました。

おむつ替えの際に、トイレに行きたければ座っています。又、おむつにおしっこが出ていない時はトイレに誘ってみます。座るとタイミングよく出ることもあります。

「おしっこでたね!」「すっきりしたね!」と喜びを共感しながら楽しくトイレに行っています！

1歳児担任

お風呂に入るとジャーとおしっこが出る時がある!「おしっこ出たね!」と声をかけています。

2歳0ヶ月

紙おむつでも、生活の節目節目で確認したり、おしっこが出ればその都度替えています。「おしっこ出たね」「気持ち悪いから替えようね」「すっきりしたね～」などの声をかけ、今の状態や気持ちを言葉にしながらかえを促しています。又、おむつを外した時には「気持ち良いね～」などと言いながら股関節を動かしたり、体を優しくゆらゆらするなどのマッサージをしています。

0歳児担任

お兄ちゃんのトイレにいつもついて行き、ある日便器に座ってみたら・・・おしっこが出ました!!今はすっかり布パンツです。

2歳10か月

排泄について、たくさんお話できました!!

おむつはずして大切なことは、お子さん自身がおしっこが出たとサインを出したときにそれを受け止め、その時に替えてあげる事。

又、小さい頃から「おしっこ出たね」「すっきりしたね」「トイレに行ってみようね」などのやり取りが大切です。

困った事、分からない事がありましたら、いつでもご相談下さい。「気持ちの良い排泄の為に パート1」はHPで閲覧できます。



♪夏祭りのお知らせ♪



ひまわり保育園ホールにて夏祭りを開催します!!

お祭りの楽しい雰囲気、ぜひ親子で、又お友達と味わってみて下さいね!!

ひろばに魚釣りコーナーやゲームコーナー、ヨーヨー屋さんなどなど用意してお待ちしています♪♪

7/21(金) 10:00～12:00まで ひまわり保育園ホール

予約はいりません。又、年齢別ではありませんのでどの年齢のお子さんもお越し下さい。

※暑くなりますので帽子や飲み物をお持ちください。



♪親子ヨガの会♪

親子でヨガをしてリラックスしませんか?子育ては楽しいけれど疲れも溜まりますね。日頃の疲れを癒しましょう♪自分のからだど向き合い、いつも頑張る自分にご褒美を!

日時:7/12(水) 0歳～1歳半までのお子さん 9:45～10:30まで
1歳半以上のお子さん 10:45～11:30まで

場所:ひまわり保育園ホールにて

講師:斉藤しのぶ先生(ひまわりの姉妹園、東所沢保育園の保育士さんでもあります!)

各会、8組程度募集します。予約をお願いします。

(TEL04-2942-8774 月～金9:30～15:30の間にお願ひします。)



♪7月のあそぼう会

★0歳児 (R4.4以降生まれのお子さん) 7/19(水) 10:00~11:00頃
ひまわり保育園にお越し下さい。ひろばやテラス、園庭で水遊びをしましょう。
予約はいりません。お子さんもお母さんも動きやすく、汚れても良い服装でお越し下さい。

★1・2歳児 (R2.4~R4.3生まれのお子さん) 7/11(火) 10:00~11:00頃
ひまわり保育園にお越し下さい。園庭で水遊びをしましょう。
予約はいりません。お子さんもお母さんも動きやすく、汚れても良い服装でお越し下さい。

★1・2歳児 (R2.4~R4.3生まれのお子さん)
ゆきえさんのアート 7/13(木) 10:00~ ひまわり保育園ホールにて
※予約をお願いします。(TEL04-2942-8774 月~金9:30~15:30の間をお願いします。)
※お子さんもお母さんも動きやすく、汚れても良い服装でお越し下さい。



♪富士見公園 紙しばい屋さん♪

日時:毎週金曜日 10:00~11:00頃

10:00~10:30 紙しばい、絵本、手遊び、わらべ歌など

10:30~11:00 絵本貸し出し、子育て相談も受け付けています。

※7/21(金)は夏祭りを開催する為、お休みです。ひまわり保育園に遊びにきてね~

7/28(金)~9/1(金)までお休みです。9/8(金)~再開します!



♪園庭・室内開放のご案内♪

室内開放 月~金 9:00~12:00・14:30~16:30

園庭開放 月~金 10:30~12:00・14:30~15:30

土曜日 室内、園庭共に 9:00~12:00

園内で行っている消毒などの感染対策は引き続き行います。

※園内でのマスク着用は個人の判断が基本となります。

※感染拡大時は、マスクの着用をお願いするなど、

感染対策を強化する場合があります。

※咳などの風邪症状や体調がいつもと異なる場合は、
お家で安静にしましょう。

♪7月・8月のお誕生会♪

7/18(火)・8/31(木)

10:00~11:00頃まで

子育て支援室「ひろば」でお誕生日

カード作りや身体測定をしましょう。

その後はお誕生日の絵本を見たり、

生まれた時の話をしたりして

お祝いしましょう!!

予約はいりませんので

どなたでもお越しください。



♪プール開放が始まります♪

園庭に、乳児用のプールやタライが登場します。しばらくの間お休みしていたプール開放ですが、
今年は再開します!!水に触れて、水を感じ、親子で楽しみましょう!!

水着や布パンツをはいて、入りましょう。

(ももの部分にゴムが入っているか、足回りがぴったりとしているものをお願い致します。)

又、おむつや水遊び用の紙おむつは衛生上、ご遠慮願います。)



★期間 7月24日(月)~8月10日(木)

※土・日・祝日はお休みです。

★時間 11:00~11:50

★朝の時点で外気温が低い場合、又あまりに高い場合はプール遊びは中止となる事があります。

★大人の方も濡れても良い服装で、必ずプール内のお子さんの近くにて下さいね。

★咳などの風邪症状や体調がいつもと異なる場合は、お家で安静にしましょう。



♪7月の予定♪

1	土	
2	日	
3	月	
4	火	★おひさまグループ0歳児 ひろば
5	水	★おひさまグループ1歳児 富士見公園
6	木	★おひさまグループ2歳児 富士見公園
7	金	紙しばい屋さん 富士見公園
8	土	
9	日	
10	月	
11	火	1.2歳児あそぼう会 ひろばと園庭
12	水	★親子ヨガ ひまわり保育園ホール
13	木	★1.2歳児ゆきえさんのアート ひまわり保育園ホール
14	金	紙しばい屋さん 富士見公園
15	土	

16	日	
17	月	
18	火	7月の誕生会
19	水	0歳児あそぼう会 ひろばと園庭
20	木	
21	金	ひろばの夏祭り ひまわり保育園ホール
22	土	
23	日	
24	月	★おひさまグループ0歳児 ひろば
25	火	並木公民館 すくすく広場
26	水	★おひさまグループ1歳児 ひろば
27	木	★おひさまグループ2歳児 ひろば
28	金	
29	土	
30	日	
31	月	

★マークは予約や登録が必要なものです。参加希望の方は、職員までお声がけ下さい。

★8月のあそぼう会、紙しばい屋さんはお休みです。誕生会は8/31(木)行います。



もっと地域に開かれた保育を願つて

おひさま

ひまわり広報誌 256号 2023年 9月号

ひまわり保育園

こどものこと何でも相談

Tel 04-2942-8774

月～金 10時～4時

メール ohisama@himawari-hoikuen.com

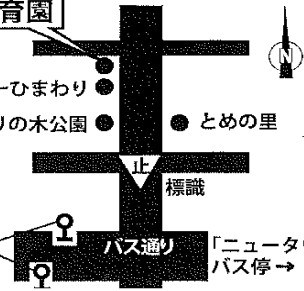
URL http://www.himawari-hoikuen.com/

所沢市中新井 435 Tel 04-2942-8774

ひまわり保育園

ディサービスセンターひまわり ●
中新井自治会館くりの木公園 ● ● とめの里

「ニュータウン西」バス通り 「ニュータウン中央」バス停



9月

夏から秋へ… 季節が移り変わります。



まだまだ暑い日が続いていますが、朝晩の空気や、ふとした時に吹く風が少しずつ涼しくなっているのを感じます。ひまわりの園庭ではトンボが飛び回り、ススキの穂が長く伸びてきています。せみの声もしだいに鈴虫などの秋の虫の声に変わっていますね。季節の変化をあそぼう会でも感じながら、9月もたくさん遊びましょう！

秋は、お月様も大きく、一段と綺麗に輝きます。昔の人々は、収穫の感謝を月にしました。お団子やお芋などのお供え物をして、それを食べることによって秋の収穫や豊作への感謝と祈りを捧げる風習があります。

綺麗なお月さまを親子で眺める時間を作ってみたいはいかがでしょう？。又、だんだんと夜が長くなっていきます。

秋の夜長に少しテレビを消してお月さまを見ながら、親子で絵本を読むのも良いものです。

今年の中秋の名月は9月29日(金)です。



♪おつきさまの絵本 紹介♪

お月さまがにっこり笑顔、困った顔、穏やかな顔、べーっといたずらな顔。色々な表情を見せてくれます。見ている子もいつの間にか同じ表情に… 赤ちゃんから楽しめる一冊です。



題名の通り、娘のモニカに「パパ、お月さまとって！」と言われたパパが、本当にお月さまを取りに行くお話です。はらぺこあおむしでお馴染みの、エリック=カール作。素敵な絵にも引き込まれます。



色々な形のお月さま、色々な表情を見せるお月さま。「おつきさま、こっちむいて」と男の子は呼びかけます。こっちをむいてくれるでしょうか？！



14匹のねずみの家族の、ほのぼのとしたお月見。絵を見るだけでもあふれる優しさが伝わってくる一冊です。



十五夜の日。みんなで団子を作って、すすきと一緒に供えます。楽しいお月見のお話で、お家でもやってみたくありませんか？！

これらの絵本は、ひまわり保育園子育て支援室「ひろば」で貸し出しています。他にも素敵な絵本がたくさんあります。絵本の世界、是非親子で楽しんで下さい！！



♪おつきみ団子レシピ 紹介♪

材料
・団子粉と水
・きな粉と砂糖

白玉粉と上新粉が半分ずつ混ぜている粉。スーパーで売っています。つるんとしすぎず、ちょうど良い歯ごたえです！

- ① 団子粉と水を混ぜてこねこね。耳たぶくらいになったら好きな形にする。
- ② お湯でゆでる。
- ③ きな粉と砂糖を混ぜる。
- ④ ゆで上がった団子にきな粉をまぶして出来上がり！！

棒状にして切ったり、まん丸を半分に切ってあげると安心です。

団子がぶか〜んとお湯に浮いてきたら出来上がりです。



♪9月のあそぼう会♪

★0歳児 (R4.4以降生まれのお子さん) 9/12(火) 10:00~11:00頃
ひまわり保育園にお越し下さい。ひろばやテラス、園庭で遊びましょう。
予約はいりません。お子さんもお母さんも動きやすく、汚れても良い服装でお越し下さい。

★1歳児 (R3.4~R4.3生まれのお子さん) 9/13(水) 10:00~12:00頃
お団子作りをしましょう! 予約をお願いします。8組程度募集します。
(TEL 04-2942-8774 月~金 9:30~15:30)
大人の方はエプロン、三角巾をお持ちください。



★2歳児 (R2.4~R3.3生まれのお子さん) 9/14(木) 10:00~12:00頃
お団子作りをしましょう! 予約をお願いします。8組程度募集します。
(TEL 04-2942-8774 月~金 9:30~15:30)
大人の方はエプロン、三角巾をお持ちください。



♪救命講習会を開催します♪

お子さんの急な病気や事故に備えて、救命講習を受けてみませんか?
心肺蘇生法やAED、のどに詰まった時の為の異物除去の方法を、消防士さんに
教えて頂きます。お子さんと一緒にご参加下さい。
10組募集します。予約をお願いします。
(TELの場合 月~金9:30~15:00まで 04-2942-8774)

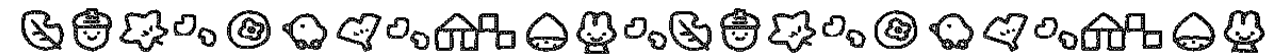
日時:9/28(木)10:00~11:00頃
場所:ひまわり保育園 ホール



※飲み物をお持ちください。
※お子さんも大人の方も動きやすい服装でお越し下さい。

♪富士見公園 紙しばい屋さん♪

9/8(金)から再開します!!
日時:毎週金曜日 10:00~11:00頃
10:00~10:30 紙しばい、絵本、手遊び、わらべ歌など
10:30~11:00 絵本貸し出し、子育て相談も受け付けています。



♪9月の予定♪

1	金	
2	土	
3	日	
4	月	
5	火	★おひさまグループ0歳児 富士見公園
6	水	★おひさまグループ1歳児 富士見公園
7	木	★おひさまグループ2歳児 富士見公園
8	金	紙しばい屋さん 富士見公園
9	土	
10	日	
11	月	
12	火	0歳児あそぼう会 ひろば
13	水	★1歳児あそぼう会 ひろば
14	木	★2歳児あそぼう会 ひろば
15	金	紙しばい屋さん 富士見公園

16	土	
17	日	
18	月	敬老の日
19	火	★おひさまグループ0歳児 富士見公園
20	水	★おひさまグループ1歳児 富士見公園
21	木	★おひさまグループ2歳児 富士見公園
22	金	紙しばい屋さん 富士見公園
23	土	秋分の日
24	日	
25	月	
26	火	並木公民館すくすく広場
27	水	9月の誕生会
28	木	★救命救急講習会
29	金	紙しばい屋さん 富士見公園
30	土	

♪園庭・室内開放のご案内♪

室内開放 月~金 9:00~12:00・14:30~16:30
園庭開放 月~金 10:30~12:00・14:30~15:30
土曜日 室内、園庭共に 9:00~12:00

園内で行っている消毒などの感染対策は引き続き行います。
※園内でのマスク着用は個人の判断が基本となります。
※感染拡大時は、マスクの着用をお願いするなど、
感染対策を強化する場合があります。
※咳などの風邪症状や体調がいつもと異なる場合は、
お家で安静にしましょう。

♪9月のお誕生会♪

9/27(水)
10:00~11:00頃まで

子育て支援室「ひろば」でお誕生日
カード作りや身体測定をしましょう。
その後はお誕生日の絵本を見たり、
生まれた時の話をしたりして
お祝いしましょう!!
予約はいりませんので
どなたでもお越しください。



★マークは予約や登録が必要なものです。参加希望の方は、職員までお声がけ下さい。



もっと地域に開かれた保育を願つて

おひさま

ひまわり広報誌 257号 2023年 10月号 ひまわり保育園 所沢市中新井 435 Tel 04-2942-8774

こどものこと何でも相談

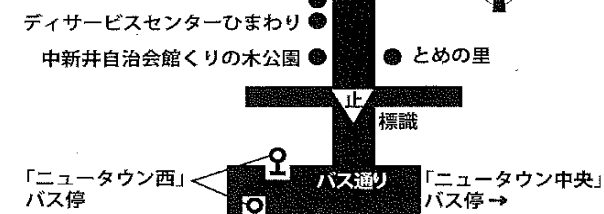
Tel 04-2942-8774

月～金 10時～4時

メール ohisama@himawari-hoikuen.com

URL http://www.himawari-hoikuen.com/

ひまわり保育園



感染症に負けない!免疫力を高めよう!

木々の色が変わり始め、秋の訪れを感じる季節になりました。食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋...さあどんな素敵な秋が待っているでしょう。あそぼう会でも、秋の自然にたくさん触れ合い、秋を感じながら過ごせたら良いなと思っています。

さて今月はひまわり保育園の看護師より、免疫力のお話です。新型コロナウイルスが5月に感染症法の5類になり、行動制限やマスク着用が緩和されました。今後は、新型コロナウイルスだけでなく、インフルエンザウイルスなど様々な感染症の流行が予想されます。感染症に負けないよう、免疫力を高めていきましょう!

免疫とは?

免疫とは、体内で発生したガン細胞や外から侵入した細菌やウイルスなどを常に監視し、撃退する自己防衛システムの事です。体の中では、様々な免疫細胞が連動し、病気や感染症にかからないように身体を守っているのです!

免疫力を高めるには?

①適度な運動

運動は、身体を温め、免疫力を高めます。免疫力は、体温が1℃下がると30%低下し、逆に体が温まると一時的に最大5~6倍アップすると言われています。無理せず、自分のペースで適度な運動を生活の中に取り入れましょう。お子さんはやっぱり体を好きなように思い切り動かして遊ぶ事が大切ですね。

③十分な睡眠

日中の活動の緊張から解放され、身体も心もリラックスしている状態が睡眠中です。睡眠中は、免疫細胞の働きが活発になり、免疫力が高まります!

④入浴で体を温める

ゆっくり入浴する事で、身体は芯から温まり、リラックスして免疫力が高まります。38℃~40℃くらいの湯舟にゆっくりつかると良いでしょう。

⑤たくさん笑う!!

“笑う”と免疫細胞が活性化する研究データが出ています。“笑う”とセロトニンなどの脳内ホルモンが分泌され、免疫力の大敵であるストレスを軽減してくれます。たくさん笑って免疫力を高めましょう!

まだ感染症が不安な日々ですが、ひまわりでたくさん遊んでおしゃべりをしてみませんか?少し気が楽になるかも知れません!是非親子で遊びに来て下さい。又、心配なことや分からない事がありましたらいつでもご相談下さい。 ひまわり保育園 看護師より

♪10月のあそぼう会♪

- ★0歳児 (R4.4以降生まれのお子さん) 10/3(火) 10:00~11:00頃 ひろば
10/10(火) 10:00~11:00頃 富士見公園
- ★1・2歳児 (R2.4~R4.3生まれのお子さん) 10/4(水)・10/5(木) 10:00~11:00頃 ひろば
10/17(火)・10/18(水) 10:00~11:00頃 富士見公園

⇒富士見公園の原っぱで遊ぶ日
青いシートを敷いてありますので目印にして下さい。戸外で気持ち良く体を動かしましょう。場所が分からない方は9:40にひまわり保育園にお越し下さい。一緒に行きましょう。

⇒ひろばで遊ぶ日
ひまわり保育園子育て支援室「ひろば」やテラス、園庭で遊びましょう。保育園の雰囲気も体験してみましょう。

予約はいりません。どなたでもお越し下さい!!
これから出産予定の妊婦さんも大歓迎です!!



♪離乳食講習会 ~初期・中期~♪

10/31(火) 10:30~12:00まで ひまわり保育園子育て支援室「ひろば」にて行います。

せっかく作ったのに全然食べてくれない!かたさや味付け、これでいいの?食べて遊んで、遊んで食べて...どうしよう?そろそろ次の段階に進んで良いのかな?離乳食には悩みが付きもの。皆で食べておしゃべりしましょう。初期から中期へ、そして後期へどのように発達していくのか、この時期にあった調理法はどんなものか、などなどお話しします。又、お子さんが食べている様子を管理栄養士も一緒に見せて頂きながらお話ししましょう。

3組程度募集です。予約をお願いします。
(TEL 2942-8774 月~金の9:30~15:30の間にお申し込み)



2023年度 後期登録制のあそぼう会

「おひさまグループ」を募集します

同年齢のお友達やお母さん同士。同じメンバーで集まってたくさん遊んでおしゃべりしましょう。
 富士見公園やひまわり保育園の子育て支援室「ひろば」で行います。
 親子の触れ合い遊びやわらべうた、運動会ごっこやどんぐり拾い、秋の制作、クリスマスの飾り作りなどを
 予定しています。
 富士見公園は、原っぱに集合です。青いシートを敷いてありますので、目印にしてください。
 小さな赤ちゃんもシートの上で遊べますので安心です♪
 直接、又はお電話にて登録をお願い致します。



★0歳児 <R4.4以降生まれのお子さん> 10:00~11:00頃まで
 10/25(水)富士見公園・11/7(火)富士見公園・11/22(水)富士見公園・12/6(水)ひろば
 1/10(水)ひろば・1/31(水)ひろば・2/14(水)ひろば・3/6(水)ひろば

※10/4(水)~申し込み開始です。(直接、又はお電話でお申し込み下さい。月~金9:30~15:30まで)

★1・2歳児 <R2.4~R4.3生まれのお子さん> 10:00~11:00頃まで
 10/26(木)富士見公園・11/8(水)富士見公園・11/29(水)富士見公園・12/7(木)ひろば
 1/11(木)ひろば・2/1(木)ひろば・2/15(木)ひろば・3/7(木)ひろば

※10/5(木)~申し込み開始です。(直接、又はお電話でお申し込み下さい。月~金9:30~15:30まで)

※お子さんもお母さんも動きやすく、汚れても良い服装でお越し下さい。
 ※お水やお茶などの飲み物をお持ち下さい。
 ※富士見公園の日に雨天の場合はひろばで遊びましょう。



♪富士見公園 紙しばい屋さん♪

日時:毎週金曜日 10:00~11:00頃

10:00~10:30

紙しばい、絵本、手遊び、わらべ歌など

10:30~11:00

絵本貸し出し、子育て相談も受け付けています。



♪10月のお誕生会♪

10/30(月)
 10:00~11:00頃まで

子育て支援室「ひろば」でお誕生日
 カード作りや身体測定をしましょう。
 その後はお誕生日の絵本を見たり、
 生まれた時の話をしたりして
 お祝いしましょう!!
 予約はいりませんので
 どなたでもお越しください。



♪園庭・室内開放やっています♪

保育園で遊んでみませんか?ひまわり保育園には地域の方が親子で遊べる、子育て支援室「ひろば」というお部屋があります。
 園庭やテラスも楽しいです。予約はいりません。正面玄関のインターホンを押して「遊びに来ました!」とお伝えください!!
 お待ちしています!!

室内開放 月~金 9:00~12:00・14:30~16:30

園庭開放 月~金 10:30~12:00・14:30~15:30

土曜日 室内、園庭共に 9:00~12:00

園内で行っている消毒などの感染対策は引き続き行います。

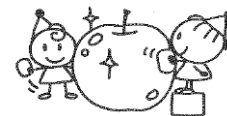
※園内でのマスク着用は個人の判断が基本となります。

※感染拡大時は、マスクの着用をお願いするなど、

感染対策を強化する場合があります。

※咳などの風邪症状や体調がいつもと異なる場合は、

お家で安静にしましょう。



♪10月の予定♪

1	日	
2	月	
3	火	0歳児あそぼう会 ひろば
4	水	1・2歳児あそぼう会 ひろば
5	木	1・2歳児あそぼう会 ひろば
6	金	紙しばい屋さん 富士見公園
7	土	
8	日	
9	月	
10	火	0歳児あそぼう会 富士見公園
11	水	
12	木	
13	金	紙しばい屋さん 富士見公園
14	土	
15	日	

16	月	
17	火	1・2歳児あそぼう会 富士見公園
18	水	1・2歳児あそぼう会 富士見公園
19	木	
20	金	紙しばい屋さん 富士見公園
21	土	
22	日	
23	月	
24	火	並木公民館すくすく広場
25	水	★おひさまグループ0歳児 富士見公園
26	木	★おひさまグループ1歳児 富士見公園
27	金	紙しばい屋さん 富士見公園
28	土	
29	日	
30	月	10月の誕生会
31	火	★離乳食講習会 初期・中期

★マークは予約や登録が必要なものです。参加希望の方は、職員までお声がけ下さい。



もっと地域に開かれた保育を願つて

おひさま

ひまわり広報誌 258 号 2023 年 11 月号 ひまわり保育園 所沢市中新井 435 Tel 04-2942-8774

こどものこと何でも相談

Tel 04-2942-8774

月～金 10時～4時

メール ohisama@himawari-hoikuen.com

URL http://www.himawari-hoikuen.com/

ひまわり保育園

ディサービスセンターひまわり ● ● とめの里
中新井自治会館くりの木公園 ● ●

「ニュータウン西」バス通り 「ニュータウン中央」バス停 →

季節の変わり目、上手に過ごしましょう

色とりどりの落ち葉が舞い落ち、秋も深まる頃となりました。あそぼう会や紙しばいを行っている富士見公園も木々の葉が綺麗に色づきはじめ、風が吹くとはらはらと落ちる様子がとても綺麗です。

昼夜の寒暖差もかなり大きくなっていますね。この時期は何を着せたら良いの?と悩む事も多いと思います。秋から冬の衣服の調節にはベストが重宝します。日中は薄手の長袖、朝晩冷える時にはベストなどで体を温めましょう。また、手足の指をクルクル回したり、揉んで温め、血行を良くしてあげるのもgood!です。

気温の変化を感じる事は、自律神経(体温の調節や胃腸の動きに働きかける神経)を鍛え、肌に良い刺激を与えます。皮膚が丈夫になると、免疫力がつくので感染症になりにくい丈夫な体を作ることができます。寒いとついつい厚着をしがちですが、昼間の間は薄着で外遊び、赤ちゃんもおひさまの光をたくさん浴びて丈夫な身体を作っていきましょう!

下着



半袖、ランニングタイプが動きやすくてお勧めです。綿100%などのお子さんの肌に合った素材にしましょう。

上着

気温によって半袖や薄手の長袖TシャツがGood!



ズボン



半ズボン、又は長ズボン。薄手で柔らかい素材の物がはきやすく、動きやすいです。

寒かったら・・・



寒ければ着たり、暑くなったら脱いだり・着脱しやすい薄手のジャンパーやベストで調節すると良いです!フードが付いていないものが安全です。あまり厚手のものは動きにくいので、着た時にお子さんが動きやすいかどうか確かめましょう。

♪あそぼう会、紙しばい屋さんの様子♪



↑ひろばでアート♪

とんぼ作り→



秋の富士見公園も、とっても気持ちが良いです!!

♪11月のあそぼう会♪

★0歳児 11/14(火) 10:00~11:00頃
(R4.4以降生まれのお子さん) ひまわり保育園子育て支援室「ひろば」にて
保育園のお部屋や、テラス、園庭で遊びましょう!

★1・2歳児 11/16(木) 10:00~11:00頃
(R2.4~R4.3生まれのお子さん) 富士見公園にて
運動会ごっこです!玉入れやかかけっこなど思い切り体を動かして遊びましょう!
※雨天の場合は中止ですが、ひまわり保育園子育て支援室「ひろば」で遊べます!



※富士見公園 所沢市中新井3-23 ニュータウン通り沿いの交番の向かい側です。場所が分からない方は、9:40にひまわり保育園にお越し下さい。一緒に行きましょう。

予約はいりません。どなたでもお越し下さい!!
これから出産予定の妊婦さんも大歓迎です!!

♪富士見公園 紙しばい屋さん♪

日時:毎週金曜日 10:00~11:00頃

10:00~10:30

紙しばい、絵本、手遊び、わらべ歌など

10:30~11:00

絵本貸し出し、子育て相談も受け付けています。



11/17(金)はヴァイオリンコンサートです!!
公園で秋を感じながら楽しみましょう♪♪

雨天の場合はひまわり保育園のホールで行います。予約はいりません。どなたでもお越し下さい。





♪離乳食講習会 ～後期・完了期～♪

11/15(水) 10:30~12:00まで ひまわり保育園子育て支援室「ひろば」にて行います。

離乳食が始まり、初期・中期とは違った様子が出てくる頃ですね。新たな悩みも出てくる時期です。実際に調理をみたり、皆で食べたりしながら食事についてのお話がたくさんできると良いと思います。お子さんが食べている様子を管理栄養士も一緒に見ながらお話させていただきます。

3組程度募集です。予約をお願いします。
(TEL 2942-8774 月～金の9:30~15:30の間にお願ひします)
予約の際に今の離乳食の様子や、聞いてみたい事があればお知らせ下さい。



♪保育園の給食を食べてみよう!♪

11/20(月) 10:30~12:00まで ひまわり保育園にて

ひまわりの給食を親子で体験してみませんか?お友達と、お母さんと、皆で楽しく食べましょう!好き嫌いがあって・遊びたくてなかなか座って食べられない・などなど食事の悩みはたくさんありますね。食事についてのお話もたくさんできたら良いなと思います。

給食費200円となります。

4組程度募集です。予約をお願いします。
(TEL 2942-8774 月～金の9:30~15:30の間にお願ひします)



♪おやつ作り♪

11/28(火) 10:00~12:00まで ひまわり保育園にて

ひまわりで大人気の「ひまわりパイ」を作ります!
(潰したさつま芋を餃子の皮で挟んで揚げるおやつです)
親子でクッキングを楽しみましょう!
大人の方はエプロン、三角巾をお持ち下さい。

6組程度募集です。予約をお願いします。
(TEL 2942-8774 月～金の9:30~15:30の間にお願ひします)



♪11月のお誕生会♪

11/30(木)
10:00~11:00頃まで

子育て支援室「ひろば」でお誕生日カード作りや身体測定をしましょう。その後はお誕生日の絵本を見たり、生まれた時の話をしたりしてお祝いしましょう!!
予約はいりませんのでどなたでもお越しください。



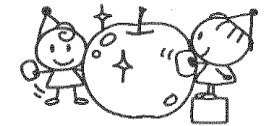
♪園庭・室内開放やっています♪

保育園で遊んでみませんか?ひまわり保育園には地域の方が親子で遊べる、子育て支援室「ひろば」というお部屋があります。園庭やテラスも楽しいです。予約はいりません。正面玄関のインターホンを押して「遊びに来ました!」とお伝えください!!
お待ちしております!!

室内開放 月～金 9:00~12:00・14:30~16:30
園庭開放 月～金 10:30~12:00・14:30~15:30
土曜日 室内、園庭共に 9:00~12:00

園内で行っている消毒などの感染対策は引き続き行います。
※園内でのマスク着用は個人の判断が基本となります。
※感染拡大時は、マスクの着用をお願いしますなど、感染対策を強化する場合があります。
※咳などの風邪症状や体調がいつもと異なる場合は、お家で安静にしましょう。

園庭・室内開放の時間に、子育て相談も受け付けています。その他、お電話やメールでも相談を受け付けていますので、困った事や分からない事など何でもご相談下さい。



♪11月の予定♪



1	水	
2	木	
3	金	文化の日
4	土	
5	日	
6	月	
7	火	★おひさまグループ0歳児 富士見公園
8	水	★おひさまグループ1・2歳児 富士見公園
9	木	
10	金	紙しばい屋さん 富士見公園
11	土	
12	日	
13	月	
14	火	あそぼう会0歳児 ひまわり保育園
15	水	★離乳食講習会 後期・完了期

16	木	あそぼう会1・2歳児 富士見公園
17	金	紙しばい屋さん 富士見公園
18	土	
19	日	
20	月	★保育園給食を食べてみよう!
21	火	
22	水	★おひさまグループ0歳児 富士見公園
23	木	勤労感謝の日
24	金	紙しばい屋さん 富士見公園
25	土	
26	日	
27	月	
28	火	★おやつ作り ひまわり保育園
29	水	★おひさまグループ1・2歳児 富士見公園
30	木	11月の誕生会

ヴァイオリン秋のコンサートです!雨天の場合はひまわり保育園ホールで行います。

★マークは予約や登録が必要なものです。参加希望の方は、職員までお声がけ下さい。



もっと地域に開かれた保育を願って

おひさま

ひまわり広報誌 259号 2023年 12月号 ひまわり保育園 所沢市中新井 435 Tel 04-2942-8774

こどものこと何でも相談

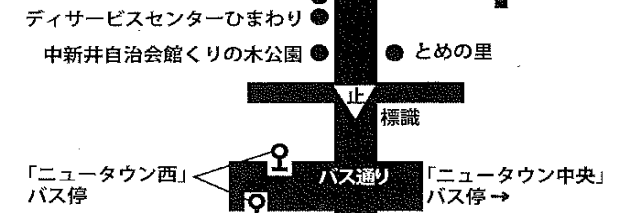
Tel 04-2942-8774

月～金 10時～4時

メール ohisama@himawari-hoikuen.com

URL http://www.himawari-hoikuen.com/

ひまわり保育園



サンタクロースを信じますか?

舞い散る枯葉や冷たい風に、本格的な冬の訪れを感じるこの頃。街のあちらこちらでは、クリスマスの温かな光も見え始めています。今年もあとわずかですね。本当にあっという間の1年。特に子育て中は1日があっという間に過ぎ、昨日のことも覚えていないくらい慌ただしく、気づいたらもう年末・・・そんな日々だと思います。1人でゆっくり・・・とはいかないかも知れませんが、ここまでよく育てた!私頑張った!と、この1年の自分を褒めてあげましょう!お子さんたちも皆元気に大きくなっていますね。そんな素敵な親子の姿を、きっとサンタクロースはいつも見てくれていると思います。サンタクロースを信じる心、大切にしたいと思い、今月は松岡享子さん著「サンタクロースの部屋」の一節をご紹介します。



心の中にひとたびサンタクロースを住ませた子は、心の中にサンタクロースを収容する空間を作り上げている。サンタクロースその人は、いつかその子の心の外に出ていってしまうだろう。だが、サンタクロースが占めていた空間は、その子に残る。この空間がある限り、人は成長に従って、サンタクロースに代わる新しい住人をここに迎え入れることができる。この空間、この収容能力、つまり見えないものを信じるという心の動きが、人間の精神生活のあらゆる場面で、どんなに大事かは言うまでもない。のちに、一番崇高なものを宿すかも知れぬ心の場所が、実は幼い日にサンタクロースを住ませる事によって作られるのだ。別にサンタクロースには限らない。魔法使いでも妖精でも忍者でも、もの言う動物、岩戸を開けるおまじないでもよい。幼い心に、これらの不思議の住める空間をたっぷりやってやりたい。

目に見えないものを信じる事は、とても素敵で、大切だと思います。ぜひ親子で想像の世界を楽しんで下さい。そして、サンタクロースについての会話も楽しんで下さい。幼い頃が蘇り、大人もきっとワクワクしますから・・・

皆さん、素敵なクリスマスを!子ども達に平和な未来を・・・と願いを込めて♡



サンタクロースの部屋
松岡 享子 著

ひろばにて貸し出し中です!
他にもクリスマスの素敵な絵本が
たくさんありますよ～



♪12月のあそぼう会♪

今月はクリスマス会です!!親子で、お友達と、皆でクリスマスの雰囲気を楽しみましょう!!
8組程度募集します。予約をお願い致します。

★0歳児 12/25(月) 10:00～11:00頃
(R4.4以降生まれのお子さん) ひまわり保育園子育て支援室「ひろば」にて
クリスマスの飾り作りや、エプロンシアター、ライアーの演奏を聴きましょう。
予約をお願い致します。(TEL2942-8774 平日9:30～15:30の間にお願ひします。)

★1・2歳児 12/12(火) 10:00～11:00頃
(R2.4～R4.3生まれのお子さん) ひまわり保育園子育て支援室「ひろば」にて
クリスマスの飾り作りやエプロンシアター、ライアーの演奏を聴きましょう!
予約をお願いします。(TEL2942-8774 平日9:30～15:30の間にお願ひします。)



ライアー
暖かく柔らかい音色が特徴の楽器です♪

♪あそぼう会の様子♪

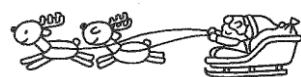


富士見公園
では、運動会
ごっこや秋の
自然を楽しみ
ました!

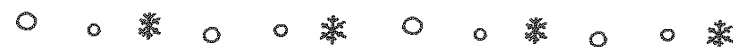
ヴァイオリンコンサート♪
素敵な時間になりました!

♪クリスマスコンサートのお知らせ♪

12/21(木) 10:00~10:40頃まで
ひまわり保育園のホールで行います。



6月、11月に紙しばい屋さんでも演奏して下さいましたヴァイオリンの酒井奈央さんと、
ピアノ都築結美子さんをお招きして、クリスマスコンサートを開催します!
親子で、お友達と、クリスマスの素敵な時間を過ごしましょう。
予約はいりません。どなたでもお越し下さい。



♪園庭・室内開放やっています♪

保育園で遊んでみませんか?ひまわり保育園には地域の方が親子で遊べる、子育て支援室「ひろば」というお部屋があります。
園庭やテラスも楽しいです。予約はいりません。正面玄関のインターホンを押して「遊びに来ました!」とお伝えください!!
お待ちしております!!

室内開放 月~金 9:00~12:00・14:30~16:30
園庭開放 月~金 10:30~12:00・14:30~15:30
土曜日 室内、園庭共に 9:00~12:00

園内で行っている消毒などの感染対策は引き続き行います。
※園内でのマスク着用は個人の判断が基本となります。
※感染拡大時は、マスクの着用をお願いするなど、
感染対策を強化する場合があります。
※咳などの風邪症状や体調がいつもと異なる場合は、
お家で安静にしましょう。

園庭・室内開放の時間に、子育て相談も受け付けています。その他、お電話やメールでも相談を受け付けていますので、困った事や分からない事など何でもご相談下さい。

※12/16(土)園内行事の為、ひろばはお休みです。
※年内は12/29(金)まで。年明けは1/4(木)から遊べます。

♪富士見公園 紙しばい屋さん♪

日時:毎週金曜日 10:00~11:00頃

10:00~10:30
紙しばい、絵本、手遊び、わらべ歌など
10:30~11:00
絵本貸し出し、子育て相談も受け付けています。



※12/29(金)、1/5(金)はお休みです。1/12(金)から再開します!

♪12月の予定♪

1	金	紙しばい屋さん 富士見公園
2	土	
3	日	
4	月	
5	火	
6	水	★おひさまグループ0歳児 ひまわり保育園
7	木	★おひさまグループ1・2歳児 ひまわり保育園
8	金	紙しばい屋さん
9	土	
10	日	
11	月	
12	火	★クリスマス会 1・2歳児
13	水	
14	木	
15	金	紙しばい屋さん 富士見公園

16	土	
17	日	
18	月	
19	火	並木公民館 すくすく広場
20	水	12月の誕生会
21	木	ヴァイオリンコンサート ひまわり保育園
22	金	紙しばい屋さん 富士見公園
23	土	
24	日	
25	月	★クリスマス会 0歳児
26	火	
27	水	
28	木	
29	金	
30	土	休園
31	日	休園



ひまわり広報誌「おひさま」は、毎月発行しています。
6月号、10月号、3月号は地域の皆さんに配布をさせて頂いています。その他の月は下記の場所にございます。
又、ホームページでも閲覧ができます。

- ・ひまわり保育園 ・市役所 ・保健センター
- ・こどもと福祉の未来館 ・並木公民館 ・富岡公民館
- ・新所沢東公民館 ・さくら児童館 ・ひかり児童館
- ・もりあね助産院



♪12月のお誕生会♪

12/20(水)
10:00~11:00頃まで



子育て支援室「ひろば」でお誕生日カード作りや身体測定をしましょう。
その後はお誕生日の絵本を見たり、生まれた時の話をしたりしてお祝いしましょう!!
予約はいりませんのでどなたでもお越しください。

★マークは予約や登録が必要なものです。参加希望の方は、職員までお声がけ下さい。



もっと地域に開かれた保育を願つて

おひさま

ひまわり広報誌 260号 2024年 1月号 ひまわり保育園 所沢市中新井 435 Tel 04-2942-8774

こどものこと何でも相談

Tel 04-2942-8774

月～金 10時～4時

メール ohisama@himawari-hoikuen.com

URL http://www.himawari-hoikuen.com/

ひまわり保育園

ディサービスセンターひまわり ● ● とめの里
中新井自治会館くりの木公園 ● ●

「ニュータウン西」バス通り 「ニュータウン中央」バス停

新年あけましておめでとうございます!!

新しい年が始まりましたね。今年も皆さんとたくさんお話して、遊んで、笑って泣いて楽しい1年にしたいと思います。

今年は辰年ですね。辰は縁起の良い生き物の象徴だそうです。「辰」は、「振るう」という文字に由来しており、自然万物が振動し、草木が成長して活力が旺盛になる状態を表します。辰は十二支の中で唯一、空想上の生き物ですが、絵本やアニメでも親しまれていますね。今年には辰にたくさん元気をもらい、充実した一年にしましょう!



♪1月のあそぼう会♪

★0歳児 1/16(火) 10:00~11:00頃
(R4.4以降生まれのお子さん) ひまわり保育園子育て支援室「ひろば」にて
ひろばやテラスで遊びましょう!

★1・2歳児 1/18(木) 10:00~11:00頃
(R2.4~R4.3生まれのお子さん) 富士見公園にて
富士見公園で凧あげをしましょう!!ビニール袋で作ります!!
たくさん走ってぼかぼかになりましょう!!



※予約はいりません。どなたでもお越し下さい!

おせちの由来あれこれ

おせち料理は、一年の作物の豊作や、無病息災、子孫繁栄などを願うために神様にお供えをして、無事を祈った事が始まりです。

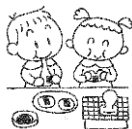
おせちの重箱は、良い事が重なり、幸せが積み重なっていきますように。と願いが込められているそうです!



黒豆
まめは真面目と健康の意味があります。真面目に働いて健康に暮らせませすように。



数の子
数の子はニシンの卵で卵がとても多いので、子宝に恵まれますように。



栗きんとん
きんとんは財宝の意味。お金が豊かに暮らせませすように。



伊達巻き
形が巻物に似ているから、しっかり勉強ができて賢くなりますように。



12月の様子



↑0歳児子育て講座
皆でたくさんお話ししました!



↑おやつ作り
楽しかったね!美味しかったね!



クリスマス会→
ライアーの演奏に癒されました★



←クリスマスコンサート
素敵な時間でした♪



←世界に一つだけの
クリスマスオーナメントを
作りました!



♪親子ヨガの会♪

自分のからだ向き合い、いつも頑張る自分にご褒美を!

日時: 1/25(木) 0歳~1歳半までのお子さん 9:45~10:30まで
1歳半以上のお子さん 10:45~11:30まで

場所: ひまわり保育園ホールにて
講師: 斉藤しのぶ先生(ひまわりの姉妹園、東所沢保育園の保育士さんでもあります!)

各会、8組程度募集します。予約をお願いします。
(TEL04-2942-8774 月~金9:30~15:30の間にお申し込みします。)

ヨガマットある方は
お持ちください!



♪富士見公園 紙しばい屋さん♪

日時: 毎週金曜日 10:00~11:00頃

10:00~10:30
紙しばい、絵本、手遊び、わらべ歌など
10:30~11:00
絵本貸し出し、子育て相談も受け付けています。

※1/5(金)はお休みです。1/12(金)から再開します!

寒くてもやります!!
外に出るきっかけに!!



♪園庭・室内開放やっています♪

保育園で遊んでみませんか? ひまわり保育園には地域の方が親子で遊べる、子育て支援室「ひろば」というお部屋があります。園庭やテラスも楽しいです。予約はいりません。正面玄関のインターホンを押して「遊びに来ました!」とお伝えください!! お待ちしています!!

室内開放 月~金 9:00~12:00・14:30~16:30
園庭開放 月~金 9:30~12:00・14:30~15:30
土曜日 室内、園庭共に 9:00~12:00

園内で行っている消毒などの感染対策は引き続き行います。
※園内でのマスク着用は個人の判断が基本となります。
※感染拡大時は、マスクの着用をお願いするなど、感染対策を強化する場合があります。
※咳などの風邪症状や体調がいつもと異なる場合は、お家で安静にしましょう。

園庭開放午前中の開始時間が少し早くなりました!

園庭・室内開放の時間に、子育て相談も受け付けています。その他、お電話やメールでも相談を受け付けていますので、困った事や分からない事など何でもご相談下さい。



お願い
子育て支援についてのお問合せや
欠席のご連絡などは、9:00~16:30に
お願い致します。

♪1月の予定♪

1	月	休園
2	火	休園
3	水	休園
4	木	
5	金	
6	土	
7	日	
8	月	成人の日
9	火	
10	水	★おひさまグループ0歳児 ひまわり保育園
11	木	★おひさまグループ1・2歳児 ひまわり保育園
12	金	紙しばい屋さん 富士見公園
13	土	
14	日	
15	月	

16	火	あそぼう会0歳児 ひまわり保育園
17	水	
18	木	あそぼう会1・2歳児 富士見公園
19	金	紙しばい屋さん 富士見公園
20	土	
21	日	
22	月	
23	火	並木公民館 すくすくひろば
24	水	
25	木	★親子ヨガ ひまわり保育園
26	金	紙しばい屋さん 富士見公園
27	土	
28	日	
29	月	★保育園の給食を食べよう!の会
30	火	1月の誕生日会
31	水	★おひさまグループ0歳児 ひまわり保育園

★マークは予約や登録が必要なものです。参加希望の方は、職員までお声がけ下さい。

♪1月のお誕生会♪

1/30(火)
10:00~11:00頃まで

子育て支援室「ひろば」でお誕生日カード作りや身体測定をしましょう。その後はお誕生日の絵本を見たり、生まれた時の話をしたりしてお祝いしましょう!!
予約はいりませんのでどなたでもお越しください。



ひまわり広報誌「おひさま」は、毎月発行しています。6月号、10月号、3月号は地域の皆さんに配布をさせて頂いています。その他の月は下記の場所にございます。又、ホームページでも閲覧ができます。

- ・ひまわり保育園 ・市役所 ・保健センター
- ・こどもと福祉の未来館 ・並木公民館 ・富岡公民館
- ・新所沢東公民館 ・さくら児童館 ・ひかり児童館
- ・もりあね助産院





もっと地域に開かれた保育を願って

おひさま

ひまわり広報誌 261号 2024年 2月号 ひまわり保育園 所沢市中新井 435 Tel 04-2942-8774

こどものこと何でも相談

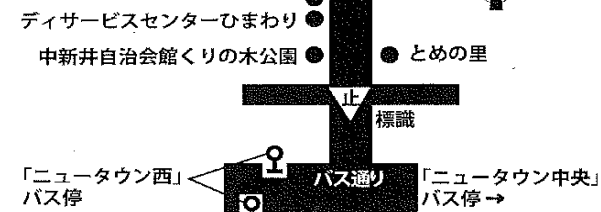
Tel 04-2942-8774

月～金 10時～4時

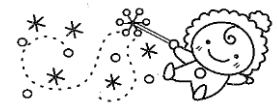
メール ohisama@himawari-hoikuen.com

URL http://www.himawari-hoikuen.com/

ひまわり保育園



美味しいスープで体の中からぽっかぽか♪



寒さが一段と厳しくなる季節となりました。今年は暖冬と言われ、1月は暖かい日もありましたが、やっぱり冬!!北風は冷たく、まだまだ寒い日が続いています。

寒い日は、温かいものが食べたくなりますね。シチューやおでん、鍋・・・想像すると何だかお腹が空いてきます! 今月は、寒い朝にお勧めのひまわり保育園基本の野菜スープを紹介します!

野菜にはビタミンやミネラルだけでなく、多種類の抗酸化物質が有効成分として含まれています。これは、酸化による細胞の老化や遺伝子の損傷を防ぐ物質のことで、「ファイトケミカル」とも呼ばれていますが、なんとその数1万種類以上!野菜はそれぞれ異なるファイトケミカルを持っているそうです。しかも少し加熱することで野菜の細胞壁が壊れて有効成分が汁に溶け出し、さらに水溶性の食物繊維も溶け出して腸での免疫力の増強に貢献!具が食べられなくても、汁を飲むだけでも栄養満点という事ですね。がん予防にも野菜スープが有効という研究が進んでいるようです。温かいスープで体の中からぽっかぽかに温まりましょう!

ひまわり保育園 基本の野菜スープ



① お家にある野菜何でもOKです。ざくざく大きめに切ります。人参や大根は円盤形に切ると手づかみ食べをしているお子さんは両手で持っていてガブっと食べられます。又大きく切った方が早く火が通ります!



② お鍋に水と野菜を入れてコトコトぐつぐつ...時々野菜に箸を通して軟らかさを見てみましょう。離乳食初期～中期なら歯茎で潰せるように。後期～完了期はガブっと噛めるように調節しましょう。



③ 野菜の出汁がたっぷり出ているので味付け無しでも甘く美味しいスープです。昆布や煮干しで出汁をとったり、味噌などで味付け、肉団子を入れたり、アレンジもgoodです!

簡単でとっても栄養のある野菜スープで、心も体もぽっかぽかに温まりましょう! 困った事、分からない事などありましたらご相談下さい。



離乳食のお子さん向けに・・・お魚やお肉など、ちょっとパサパサしていて食べにくいかな～と思ったら、野菜スープの汁を少しかけて水分を多くしてあげると良いと思います。ほうれん草や小松菜などの葉物野菜は野菜スープの汁に軽節を入れて出汁をとり、その汁と葉物野菜を和えたらお浸しのできあがりです!

♪2月のあそぼう会♪

- ★0歳児 2/6(火) 10:00～11:00頃
(R4.4以降生まれのお子さん) ひまわり保育園にて
ひろばやテラスで遊びましょう!ふうせんでおきあがりこぼし!手作りおもちゃも作ります。
- ★1・2歳児 2/8(木) 10:00～11:00頃
(R2.4～R4.3生まれのお子さん) ひまわり保育園にて
ひろばやテラスで遊びましょう!ふうせんでおきあがりこぼし!手作りおもちゃも作ります。

※予約はいりません。どなたでもお越し下さい!
※お子さんも大人の方も動きやすい服装で!



♪離乳食講習会 ～初期・中期～♪

2/22(木) 10:30～12:00まで ひまわり保育園にて

初期から中期へ、そして後期へどのように発達していくのか、この時期にあった調理法はどんなものか、などなどお話しします。又、お子さんが食べている様子を管理栄養士と一緒に見せて頂きながらお話ししましょう。

3組程度募集です。予約をお願いします。
(TEL 2942-8774 月～金の9:30～15:30の間にお申し込み)
予約の際に今の離乳食の様子や、聞いてみたい事があればお知らせ下さい。



♪言語聴覚士さんによる言葉のお話♪

2/15(木) 10:00～11:00頃まで ひまわり保育園ホールにて

登録制のあそぼう会、おひさまグループの企画で開催します。言葉ってどうやって出てくるの?子どもの成長と言葉の関係は?そんな皆さんの疑問を言語聴覚士の小坂恵莉彩さんがお話をして下さい。おひさまグループに登録していない方も是非お越し下さい。

♪保育園の給食を食べてみよう♪

2/7(水)・2/13(火)ひまわり保育園にて
ひまわりの給食を親子で体験してみませんか?お友達と、お母さんと、皆で楽しく食べましょう! 食事についてのお話もたくさんできたら良いと思います。お子さん一食につき給食費200円となります。大人の方は試食が出ます。各会、3組程度募集です。予約をお願いします。(TEL 2942-8774 平日9:30～15:30の間にお申し込み)

※11時頃から食べ始めます。それまで園庭やひろばでたくさん遊びましょう。きっとお腹も空いて食欲が増す事でしょう!!

♪ベビーマッサージのお知らせ♪

日時:2/29(木) 10:00~11:00頃まで ひまわり保育園ホールにて
講師:大塚 恵子さん

持ち物:バスタオル・フェイスタオル・防水のシート
・シートはレジャーシートやビニールシートでOKです。
・暖かいお部屋でお子さんは裸になって行きます。

※10組程度募集します。予約をお願い致します。(電話は月~金 9:30~15:30の間をお願いします。)
※駐車場に限りがあります。なるべく徒歩か自転車でお越し下さい。

何歳でもOKです!!



♪富士見公園 紙しばい屋さん♪

日時:毎週金曜日 10:00~11:00頃

10:00~10:30

紙しばい、絵本、手遊び、わらべ歌など

10:30~11:00

絵本貸し出し、子育て相談も受け付けています。

寒くてもやりま~す!!
外に出るきっかけに!!

マイ座布団やブランケットが
あると良いと思います。

※富士見公園 所沢市中新井3-23 ニュータウン通り沿いの交番の向かい側です。
場所が分からない方は9:40にひまわり保育園にお越し下さい。一緒に行きましょう。
※雨天の場合は中止です。



♪おやつ作り♪

2/20(火) 10:00~12:00まで ひまわり保育園にて

今回は「五平餅」作りです!
親子でクッキングを楽しみましょう!
大人の方はエプロン、三角巾をお持ち下さい。
そのままお昼ご飯も食べられますので、おかずなどのお弁当を
お持ち頂いてもOKです。



5組程度募集です。予約をお願いします。
(TEL 2942-8774 月~金の9:30~15:30の間をお願いします)



♪2月のお誕生会♪

2/28(水)
10:00~11:00頃まで

子育て支援室「ひろば」でお誕生日
カード作りや身体測定をしましょう。
その後はお誕生日の絵本を見たり、
生まれた時の話をしたりして
お祝いしましょう!!
予約はいりませんので
どなたでもお越し下さい。



♪園庭・室内開放やっています♪

保育園で遊んでみませんか?ひまわり保育園には地域の方が親子で遊べる、子育て支援室「ひろば」というお部屋があります。
園庭やテラスも楽しいです。予約はいりません。正面玄関のインターホンを押して「遊びに来ました!」とお伝えください!!
お待ちしております!!

室内開放 月~金 9:00~12:00・14:30~16:30

園庭開放 月~金 9:30~12:00・14:30~15:30

土曜日 室内、園庭共に 9:00~12:00

園内で行っている消毒などの感染対策は引き続き行います。

※園内でのマスク着用は個人の判断が基本となります。

※感染拡大時は、マスクの着用をお願いするなど、
感染対策を強化する場合があります。

※咳などの風邪症状や体調がいつもと異なる場合は、
お家で安静にしましょう。

園庭開放午前中の開始時間が少し早くなりました!

園庭・室内開放の時間に、子育て相談も受け付けてい
ます。その他、お電話やメールでも相談を受け付けてい
ますので、困った事や分からない事など何でもご相談
下さい。

お願い
子育て支援についてのお問合せや
欠席のご連絡などは、9:00~16:30に
お願い致します。

♪2月の予定♪

1	木	★おひさまグループ1・2歳児 ひろば
2	金	紙しばい屋さん 富士見公園
3	土	
4	日	
5	月	
6	火	0歳児あそぼう会 ひろば
7	水	★保育園の給食を食べよう!
8	木	1・2歳児 あそぼう会 ひろば
9	金	紙しばい屋さん 富士見公園
10	土	
11	日	建国記念日
12	月	振替休日
13	火	★保育園の給食を食べよう!
14	水	★おひさまグループ0歳児 ひろば
15	木	おひさまグループ1・2歳児 ホール

16	金	紙しばい屋さん 富士見公園
17	土	
18	日	
19	月	
20	火	★おやつ作り
21	水	
22	木	★離乳食講習会 初期・中期
23	金	天皇誕生日
24	土	
25	日	
26	月	
27	火	並木公民館 すくすく広場
28	水	2月の誕生会
29	木	★ベビーマッサージ ホール

言語聴覚士さん言葉の話。予約は
いりません。どなたでもお越し下さい。

★マークは予約や登録が必要なものです。参加希望の方は、職員までお声がけ下さい。



もっと地域に開かれた保育を願って

おひさま

ひまわり広報誌 262号 2024年 3月号

ひまわり保育園

こどものこと何でも相談

Tel 04-2942-8774

月～金 10時～4時

メール ohisama@himawari-hoikuen.com

URL http://www.himawari-hoikuen.com/

所沢市中新井 435 Tel 04-2942-8774

ひまわり保育園

ディサービスセンターひまわり ● とめの里
中新井自治会館くりの木公園 ●

「ニュータウン西」バス通り 「ニュータウン中央」バス停

日に日に厳しい寒さも和らぎ、春の陽気を感じられるようになりました。穏やかな日の光がそっと包み込んでくれるような気がします。今年度も残すところあと1ヶ月となりました。この1年で、お子さんはきっと大きく成長した事でしょう。そして子育てを頑張ったお母さんお父さんもきっと1年前よりも成長し、少し余裕ができていくかも知れませんね。お子さんの成長も、ご自分の成長もたくさん褒めてあげましょう！誰かと比べなくても大丈夫です。1年前のお子さん、1年前のご自分がどうだったかな～と思い出して比べてみましょう。きっと驚くほどの成長を感じられますよ。お互いの成長を喜びながら、又暖かい春を感じながら親子の関わりを楽しんでいきましょう。今月は、そんな親子の関わりの中で大切にしたい事をお伝えします。

おもいをあらわすことば



「ことば」について、一緒に考えてみましょう。

私達の生活の中にスマホやタブレットがあり、その中には子ども達が夢中になるゲームやユーチューブがある事が日常的になっています。子どもに触れさせないようにするのは難しい時代になってきました。だからこそ、その与え方について、一度立ち止まって考える事も必要になってきました。1人で画面を見ている時、そこでどんな言葉や心が育まれているのでしょうか。子どもが自分の思いを作り上げていく為に、じっくりと物事を考え、何かを感じ取り、想像する言葉の力はついているのでしょうか。

今の時代、気に入らない事や不満などの感情は、「うざっ」「死ね」という一言ですべてを言い表されている傾向にあります。そのような言葉が元になった事件を知ると、とても悲しくなります。何をどう思って、どんな気持ちでいるのかが伝わらず、人間関係がこじれる事になりがちです。言葉の獲得が少なくなっていないかと危惧します。

言葉を豊かに伝えるようになると、そこから人間関係が育まれていきます。小さい頃から、言葉で伝えたいくなる五感を使った遊びや、親子で一緒に絵本を読むなど、言葉の世界を広げていく事も大切かと思えます。発する言葉だけではありません。目や身振り手振りなど全身で伝えようとする事もあります。心の中に豊かな言葉を持っているという事です。“誰かに伝える”という事が、生まれたばかりの赤ちゃんの頃からもう始まっています。「抱っこして欲しい」「おむつがぬれた」「うれしい」「いやだ」などの思いを泣く、笑う、怒るという方法で伝え「自分の思いを伝えて、受け止められた」という経験が、生きていく上でとても大切な力になっていくのです。

「あ、あ、」と指さすその小さな指先と一緒に見つめて「お花が咲いてるね」と声をかけられながら、言葉へと繋げていきます。伝わった喜びが、また何かを伝えようという気持ちになります。その為には伝えたい相手がいる事も大切です。日常のやり取りを繰り返す中で、言葉を使って伝えあう事を覚えていきます。子どもの声を聞き取って、ぬくもりを乗せた言葉でやり取りをしてあげたいですね。

冬から春へ、花が咲き緑の小さな芽が顔をのぞかせ、虫たちも動き出すこの季節。新しい春を迎えるにあたり、子ども達はその目をキラキラさせて、大人が気づかない発見をたくさんする事でしょう。その様々な発見の喜びを、どんな風に私達大人に伝えるのでしょうか。あちらこちらから素敵なやり取りが聞こえてくるかも知れませんね。

ひまわり保育園 園長

♪3月のあそぼう会♪

今年度最後のあそぼう会です。お子さんの一年の成長を皆で喜び合い、たくさんお話ししましょう！

★0歳児 3/19(火) 10:00～11:00頃
(R4.4以降生まれのお子さん) ひまわり保育園子育て支援室「ひろば」にて
紙粘土で手形をとって可愛くデコレーションしましょう！

★1・2歳児 3/21(木) 10:00～11:00頃
(R2.4～R4.3生まれのお子さん) ひまわり保育園子育て支援室「ひろば」にて
紙粘土で手形をとって可愛くデコレーションしましょう！

※予約はいりません。どなたでもお越し下さい！
※お子さんも大人の方も動きやすい服装で！



♪富士見公園 紙しばい屋さん♪

日時：毎週金曜日 10:00～11:00頃

10:00～10:30

紙しばい、絵本、手遊び、わらべ歌など

10:30～11:00

絵本貸し出し、子育て相談も受け付けています。

※富士見公園 所沢市中新井3-23 ニュータウン通り沿いの交番の向かい側です。
場所が分からない方は9:40にひまわり保育園にお越し下さい。一緒に行きましょう。
※雨天の場合は中止です。

3/15(金)・3/29(金)はお休みです。
4月は前半はお休み。
4/19(金)から再開します！



←子育て支援室
「ひろば」

テラスや園庭でも遊
べます。→



2024年度 前期登録制のあそぼう会 「おひさまグループ」を募集します♪

同じ年齢の親子と繋がろう!!登録制のあそぼう会「おひさまグループ」は、毎回同じメンバーで集まって遊びます。季節を感じながら、ひまわり保育園や富士見公園で遊びましょう。
春の富士見公園での集まりやひまわり保育園の園庭、テラスでの遊び、夏の水遊び、クッキングなどを予定しています。又、食事、イヤイヤ期、おしっこのお話など、日常の悩みについてもたくさんお話できたら良いと思います。直接、又はお電話にて登録をお願い致します。

5/14(火).5/29(水)は
富士見公園の
原っぱで遊びます!

★0歳児 <R5.4以降生まれのお子さん> 10:00~11:00頃まで

4/30(火)・5/14(火)・5/29(水)・6/11(火)・6/26(水)・7/9(火)・9/10(火)・9/25(水)

直接、又はお電話でお申し込み下さい。電話04-2942-8774 月~金9:30~15:30まで

5/15(水).5/30(木)は
富士見公園の
原っぱで遊びます!

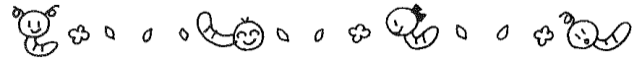
★1・2歳児 <R3.4~R5.3生まれのお子さん> 10:00~11:00頃まで

5/1(水)・5/15(水)・5/30(木)・6/12(水)・6/27(木)・7/10(水)・9/11(水)・9/26(木)

直接、又はお電話でお申し込み下さい。電話04-2942-8774 月~金9:30~15:30まで

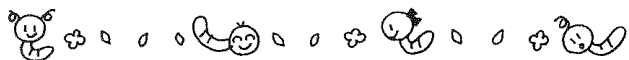


※お子さんもお母さんも動きやすく、汚れても良い服装でお越し下さい。
※お水やお茶などの飲み物をお持ち下さい。
※富士見公園での開催日に雨天の場合はひまわり保育園で遊びましょう。



ひまわり広報誌「おひさま」は、毎月発行しています。
6月号、10月号、3月号は地域の皆さんに配布をさせて頂いています。その他の月は下記の場所にございます。
又、ホームページでも閲覧ができます。

- ・ひまわり保育園 ・市役所 ・保健センター
- ・こどもと福祉の未来館 ・並木公民館 ・富岡公民館
- ・新所沢東公民館 ・さくら児童館 ・ひかり児童館
- ・もりあね助産院



♪3月のお誕生会♪

3/12(火)
10:00~11:00頃まで

子育て支援室「ひろば」でお誕生日カード作りや身体測定をしましょう。その後はお誕生日の絵本を見たり、生まれた時の話をしたりしてお祝いしましょう!!
予約はいりませんのでどなたでもお越しください。



♪園庭・室内開放やっています♪

保育園で遊んでみませんか?ひまわり保育園には地域の方が親子で遊べる、子育て支援室「ひろば」というお部屋があります。園庭やテラスも楽しいです。予約はいりません。正面玄関のインターホンを押して「遊びに来ました!」とお伝えください!!
お待ちしております!!

室内開放 月~金 9:00~12:00・14:30~16:30
園庭開放 月~金 9:30~12:00・14:30~15:30
土曜日 室内、園庭共に 9:00~12:00

園庭開放午前中の開始時間が少し早くなりました!

園内で行っている消毒などの感染対策は引き続き行います。
※園内でのマスク着用は個人の判断が基本となります。
※感染拡大時は、マスクの着用をお願いするなど、感染対策を強化する場合があります。
※咳などの風邪症状や体調がいつもと異なる場合は、お家で安静にしましょう。

園庭・室内開放の時間に、子育て相談も受け付けています。その他、お電話やメールでも相談を受け付けていますので、困った事や分からない事など何でもご相談下さい。



お願い
子育て支援についてのお問合せや
欠席のご連絡などは、9:00~16:30に
お願い致します。

♪3月の予定♪

1 金	紙しばい屋さん 富士見公園
2 土	
3 日	
4 月	
5 火	
6 水	★おひさまグループ0歳児 ひまわり保育園
7 木	★おひさまグループ1・2歳児 ひまわり保育園
8 金	紙しばい屋さん 富士見公園
9 土	
10 日	
11 月	
12 火	3月の誕生会
13 水	
14 木	
15 金	

16 土	
17 日	
18 月	
19 火	あそぼう会0歳児 ひまわり保育園
20 水	春分の日
21 木	あそぼう会1・2歳児 ひまわり保育園
22 金	紙しばい屋さん 富士見公園
23 土	
24 日	
25 月	
26 火	並木公民館 すくすく広場
27 水	
28 木	
29 金	
30 土	
31 日	

★マークは予約や登録が必要なものです。参加希望の方は、職員までお声がけ下さい。