

子育てつうしん

梅雨も明け、かんかん照りの太陽と共に本格的な夏がやってきました。毎日暑いですが、子どもたちと夏ならではの生活や遊びを満喫していきます。

水分補給や適度な休憩など暑さ対策をしながら、元気に過ごせるようにしていきたいですね。

広島和光園保育所では、今年度も“うるかむでい”を行っています。地域の親子の皆様の交流の場となるよう、楽しく過ごして頂けたらと思います。ぜひ、親子でお気軽に遊びに来てくださいね。

R5度 うるかむでい（今後の予定）

日	時	予約受付期間
8月5日（土）	10:00~12:00	7/24（月）~8/4（金） 10:00~17:00
9月9日（土）	10:00~12:00	9/1（金）~9/8（金） 10:00~17:00
10月28日（土）	10:00~12:00	10/2（月）~10/27（金） 10:00~17:00
12月9日（土）	10:00~12:00	12/1（金）~12/8（金） 10:00~12:00

育児相談も行っています

※詳細は予約受付の際にお伝え致します。

日頃のストレス、育児の悩みや不安をお話しして分かち合ったり、解消したりして、気持ちがスッキリ！発散できる楽しい場になれば幸いです。

イヤイヤ期のお悩み相談

自我が芽生え、思いや意思がしっかりしてきて「いやだ、いやだ！」と思いを主張するイヤイヤ期。これも成長の証ですが、「あれもイヤ！」「これもイヤ」と思いを主張する時には困ってしまうこともありますね。

広島和光園保育所の子育て中の保育士も、イヤイヤ期での関わり方には悩んだという職員が多くいます。公園やスーパーなど外でひっくり返って泣いた時には人の目も気になりますよね。「〇〇したかったんよね」と思いを受け止めるようにするとお子さんも気持ちを理解してくれたと安心し、心なしか気持ちの切り替えも早いように思います。

また、何でもイヤと言っている時にはお子さんに選ばせてあげることで、解決することがあります。「あっちとこっち、どっちがいい？」と、2つのものからどちらか1つを選ばせてあげることで、自分で選択しようとし、自分が決めたことに納得していきます。イヤイヤ期と向き合っている時は大変ですが、今しかない時期！後で思い返すと懐かしく、微笑ましく思います。人で抱え込むのではなく、家族や同僚など身近な人に相談し、一緒に考えてくれたり、悩みを共感してくれるだけで気持ちも楽になりますよ。



暑い時期にぴったりの遊びの紹介

ひんやり気持ちいいウォーターマット

ぷよぷよ動く様子が楽しい♪
ひんやりした感触も気持ちがいいです。



大きめの圧縮袋に玩具とお水を入れるだけ♪
(水が出てこないように圧縮袋は二重にしてください)
0歳児からお家の中でも楽しめる遊びです！

色んな感触が面白い

センサリーマット

(知覚、感覚などを育む遊具です)



手で触ったり足の裏で感触を楽しんだり…バランスをとりながら障害物の上を歩くことでバランス感覚や体幹も育まれます。



ジョイントマットにクッションや人工芝、スポンジなどをボンドでくっつけて完成！

固まったりとろけたり、不思議な感触

片栗粉に適量お水を入れるだけ！
握ると固まるけどすぐに崩れて液体に…
つかめそうでつかめない、
不思議な感触が面白い！



ジップロックに入れるとセンサリーバッグに早変わり♪
これなら小さなお子さんでも安心して楽しめます！



脳の発達にも繋がる感触遊び。
さまざまな素材に触れることで五感もたくさん刺激されます。
乳幼児期にしっかり楽しんでいただきたい遊びの一つです！

廃材や100円ショップで購入できるもので
手軽に作れるので、
ぜひ作ってみてくださいね♡

広島和光園保育所には、
100均知育インストラクター
の資格を持った保育士がいます！

簡単！美味しい！栄養たっぷりおやつ

はったい粉

保育園のおやつでも人気の“はったい粉”
大麦・はだか麦を焙煎し、挽いて粉にしたもので、「麦こがし」「香煎」などとも呼ばれる
はったい粉は、食物繊維が豊富に含まれており、便秘解消にも効果的！
他にも、ナイアシン、マンガン、銅、亜鉛などが多く含まれていて栄養たっぷりです！



離乳食後期から
食べられます！

〈材料〉(1人分)

はったい粉 20g
砂糖 10g
熱湯 70cc



〈作り方〉

- ① はったい粉と砂糖をよく混ぜておく。
- ② ①に熱湯を少しずつ加えて混ぜ、お好みの固さになれば完成。
(目安は味噌ぐらいの固さです。)
温めた牛乳で作っても美味しく仕上がります。

