

子育てつうしん

令和6年10月

今年も厳しい暑さが続きましたが、ようやく秋の深まりが感じられる気候となりました。秋といえば食欲の秋、実りの秋、スポーツの秋、読書の秋…楽しみの多い季節ですね。
この時期ならではの味覚や自然に触れ、たくさん身体を動かして遊び、元気いっぱい過ごしていきたいですね。

今後のうえるかむでいの予定

- 10月26日(土) 10:00~12:00
(予約受付期間 10月15日(火)~10月25日(金) 10:00~17:00)
- 12月7日(土) 10:00~12:00
(予約受付期間 11月25日(月)~12月6日(金) 10:00~17:00)



うえるかむでいは、予約制となっております(10組程度)。
参加ご希望の方は、上表の予約受付期間内に、園にご連絡下さい。
※詳細は予約受付の際にお伝え致します。

5月



うえるかむでいの様子

一人ひとりの子どもに合った遊びをその都度、子どもの様子を見て提案して下さり充実した時間が過ごせました。

参加された方々の感想です。

8月



とても楽しく過ごさせていただきました。心配なこともありましたが、話を聞いて頂き心が軽くなりました。

日頃のストレス、育児の悩みや不安をお話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。



食欲の秋

広島和光園保育所では食育を大切に考えています。給食にでてくる食材に触れたり、野菜を育てたりすることで食への興味・関心がさらに深まります。今回は保育所で人気のおやつメニューを紹介します!



さつまいもポンデケーキ

- <材料> 10~15個分
さつまいも 中1本(約200g)
片栗粉 大さじ2
米粉 大さじ1
塩 ひとつまみ
ピザ用チーズ 50g
牛乳(豆乳) 大さじ1

<作り方>

- ① さつまいもの皮をむき適当な大きさに切り、柔らかくなるまで茹でる。
- ② 茹であがったさつまいもをつぶし、片栗粉・米粉・塩・チーズを加えよく混ぜ合わせる。手でまとめられるように加減しながら牛乳を加え、一口大の大きさに丸める。
- ③ 180°Cに予熱したオーブンで10分程度こんがりきつね色になるまで焼いたら完成。



じゃが芋や里芋でも簡単に作ることができます。オーブントースターでも焼くことができます。その際はアルミホイルに丸めた生地を並べて15分程度焼いたら完成です。

うれしい!たのしい!ふれあい遊び

毎日の仕事や家事に追われる中、忙しいけれど、お子さんとの時間を大切にしたい!そんな時はふれあい遊びを通したスキンシップがおすすめです。スキンシップやコミュニケーションにより安心感を得たり心の安定にも繋がります。また、肌と肌が触れ合うことが五感を刺激し、感覚器官や脳の発達を促すことができるといわれています。

『ちょちょあわわ』

♪ちょちょち
両手を二回合わせる

あわわ
片手または両手を口に

かいぐりかいぐり
両手を胸の前でぐるぐる回す

とっとのめ
手の平を手指でつつく

おつむてんてん
両手で頭を軽くたたく

ひじぼんぼん
片手でもう一方の肘をたたく

『おすわりやっす』

♪おすわりやっすいすどっせ
膝の上に子どもをのせてゆらゆら

あんまりのったらこけまっせ
開いた足と足の間にすとんっ!
と子どもがしりもちをつきます



【こんなときに!】
病院の待ち時間やバスタイムなど
ちょっとしたすきま時間にもおすすめです。

