

ほっ♡と子育てつうしん

室田保育園・鶴が台保育園・香川保育園

茅ヶ崎市の公立保育園より、すぐに役立つ子育て情報をお送りします

保育園に遊びに来ませんか

保育園では園庭開放やのびのび広場を開催しています。子育てでのちょっとした疑問も、お気軽にご相談ください。お待ちしております。

		4月	5月	6月	体験保育
室田	園庭開放	お休み	28(火) バルーン	12(水) 玉入れ	5/28(火) 6/12(水)
	のびのび広場	お休み	16(木) ふれあい遊び	20(木) ふれあい遊び	
鶴が台	園庭開放	お休み	8日(水) コンビカー	12日(水) おはなし	5/15(水) 6/19(水)
	のびのび広場	お休み	8日(水) おはなし 手作りおもちゃ (香川公民館)	12日(水) 運動あそび (香川公民館)	
香川	園庭開放	お休み	15日(水) 園のおもちゃ で遊ぼう	19日(水) かたつむり 製作	5/28(火) 6/25(火)
	のびのび広場	お休み	8日(水) おはなし 手作りおもちゃ (香川公民館)	12日(水) 運動あそび (香川公民館)	

<たくさん噛んでおいしく食べよう！>

噛むこと(咀嚼)は消化や吸収を助けるだけでなく、脳の働きにもとても大切！よく噛むためのポイントをご紹介します♪

- ① **大人も一緒に口を動かしてみよう**
目の前で一緒に口を動かして噛む口の動きを見せてみましょう。真似できるかな？
- ② **一口量ずつお皿にのせてみよう**
おいしそうな食事が並んでいると、飲み込む前に次々、口へ運んでしまうことも…。小皿に分けることで味わいながらゆっくり食べることができます。
- ③ **もぐもぐ、かみかみ、言葉にしてみよう**
ほくほく、さくさく、しゃりしゃり…食感を言葉にして伝えると、噛んで食べることが楽しくなるかも！？



- ★体験保育行っています(9:40～給食終了まで。給食体験は希望制 有料)
- ★園庭開放にお越しの際、誕生月の方はお知らせください。お祝いします！
- ★園庭開放・体験保育について詳しくは各園のホームページ閲覧又はお問い合わせください。

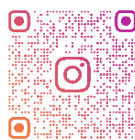
<散歩を楽しもう> 散歩ってどんなことに注目したら良いかわからない！ということもあるのではないのでしょうか？散歩を楽しむポイントやメリットをお伝えします♪

☆**視界に映る物・事を言葉にしよう**…道を歩いていると虫がいたり、草花が咲いていたり、鳥の声が聞こえたり…気にかけてみると色々なことが視界に入って来ますよね。大人にとって当たり前風景でも、子どもにとっては刺激的なことばかり。そんな様子を実況中継のように言葉にしてみましょう。そうすることで子どもの興味関心がぐーんと広がります。(※車通りの少ない安全な道で行ってください)

☆**日光を浴びるといいことばかり**…日光を浴びることで骨が強くなる・免疫力が高まるなどの効果があります。また、朝に目が覚めて日光を浴びることで、夜には睡眠ホルモンの分泌が増え、自然と眠くなっていくため、健康的な生活リズムを作ることができます。

【ほっと子育て支援ホームページ】見てね！
YouTube「ちがさき動画ライブラリー」にて親子で楽しむ遊び動画「ふれあい広場」の紹介もしています。

【Instagram】を始めました！
ぜひのぞいてみてください。(@chigasaki_hoiku)



CHIGASAKI_HOIKU

ほっ♡と子育てつうしんは今回をもちまして最終号となります。こちらでお届けしていた子育てに役立つ情報は今後Instagramで発信していきますので、そちらをご覧ください。

茅ヶ崎市こども育成部保育課
室田保育園 0467-53-1225
鶴が台保育園 0467-51-0782
香川保育園 0467-57-6002