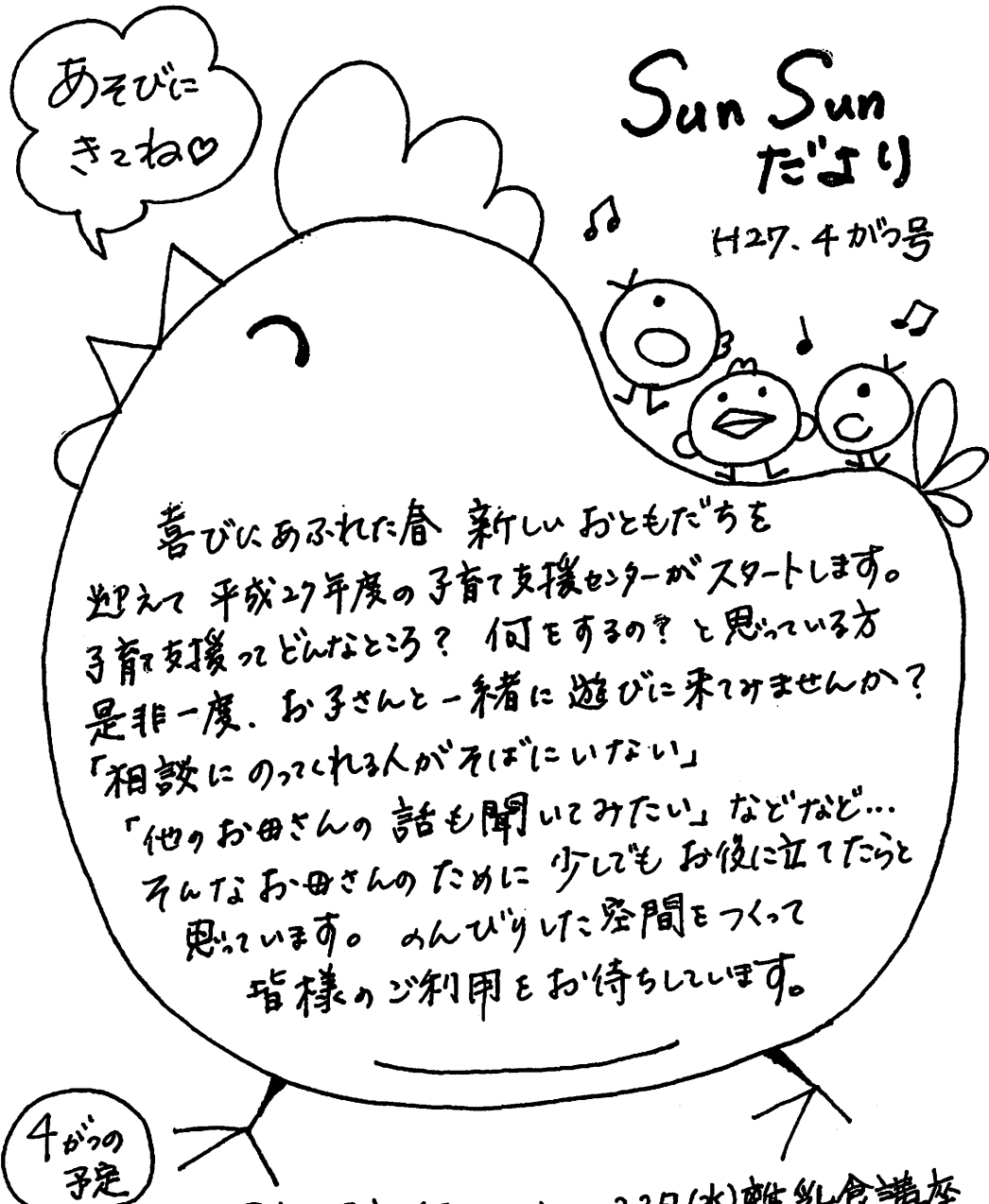


| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|--|---|---|---|---|--|
| | | | 1 | 2 ひよひよ ひろば 〇園児対象の水一戸開放 要申請し込み不要です。 | 3 SUNSUN ひろば 〇園児対象の水一戸開放 要申請し込み不要です。 | 4 |
| 5 | 6 SUNSUN ひろば 〇園児対象の水一戸開放 要申請し込み不要です。 | 7 ひよひよ ひろば 〇園児対象の水一戸開放 要申請し込み不要です。 | 8 園庭 開放日 要申請し込み不要です。 雨天時は中止となります。 | 9 おくおく クラブ 1園児対象のサークル活動 要申請し込み不要です。 | 10 SUNSUN ひろば 〇園児対象の水一戸開放 要申請し込み不要です。 | 11 |
| 12 | 13 SUNSUN ひろば 〇園児対象の水一戸開放 要申請し込み不要です。 | 14 子育て講習会 (運動) 2・3園児対象 要申請し込み不要です。 | 15 ひよひよ ひろば 〇園児対象の水一戸開放 要申請し込み不要です。 | 16 おくおく クラブ 1園児対象のサークル活動 要申請し込み不要です。 | 17 SUNSUN ひろば 〇園児対象の水一戸開放 要申請し込み不要です。 | 18 |
| 19 | 20 おおきく なつたかな? 〇1園児対象の身体運動 要申請による発達観察も | 21 にぎにぎ クラブ 2・3園児対象のサークル活動 要申請し込み不要です。 11:00終了 | 22 保育所(離乳食) 体験 〇園児対象 要申請し込み不要です。 | 23 SUNSUN ひろば 〇園児対象の水一戸開放 要申請し込み不要です。 | 24 誕生日会 要申請し込み不要です。 | 25 親子遠足 (海空ひろば) ※詳細は別途にて案内 要申請し込み不要です。 |
| 26 | 27 SUNSUN ひろば 〇園児対象の水一戸開放 要申請し込み不要です。 | 28 ひよひよ ひろば 〇園児対象の水一戸開放 要申請し込み不要です。 | 29 | 30 | | |
| | | | | 太陽の子保育園 子育てひろば 2015年 4月度予定 | | |



喜びにあふれた春 新しいおともだちを
迎えて 平成27年度の子育て支援センターがスタートします。
子育て支援ってどんなところ? 何があるの? と思っている方
是非一度、お子さんと一緒に遊びに来ませんか?
「相談にのってくれる人がそばにいたい」
「他のお母さんの話も聞いてみたい」などなど...
そんなお母さんのために 少しでもお役に立てたらと
思っています。みんなのびりに空間をつくって
皆様のご利用をお待ちしています。

- 4がいの予定
- 8日(木) 園庭開放(雨天中止)
 - 14日(火) 子育て講習会(運動)要申請
 - 20日(月) おおきくなつたかな?
 - 22日(木) 離乳食講座 (要申請)
 - 24日(金) お誕生会
 - 25日(土) 親子えんそく

春の山菜がおいしい季節です

フキ・トウ・ゼンマイ・ワラビ・タラノメ・ノビル・セリ・ツクシ、など。
春の山菜は、おひたしや天ぷらなどにして食べるとおいしいですよ。

生活リズムを身につけよう

早寝・早起き 一日元気に過ごすためには、朝は7時に起き、夜は8時に寝ようがんばりましょう(0,1歳は十分な睡眠が必要です。できれば8時ごろから寝る用意をしましょう)。寝ている間に成長ホルモンなどの分泌が多くなり、日中の体の疲労を回復してくれます。

朝ご飯を食べる 一日の元気の源は朝食からです。よくかんでしっかり食べましょう。

朝ご飯の後排便をする 朝ご飯をしっかり食べると腸の働きが活発になり、排便しやすくなります。朝は余裕もなくバタバタしがちです。子どもの生活リズムを身につけるためにも、家族みんなですずやかな時間を過ごせるよう心がけましょう。



少しでも花粉を避けるために

花粉は、よく晴れた日(前日雨が降ったとき)や風が強く空気が乾燥しているとき、気温の高い日などによく飛びます。
防止策としては、外出するときはメガネ、帽子、マスクをする。外出後家に入る前に、服や髪の毛についている花粉を落とす。うがいをする。バランスのよい食事をする。室内に花粉が入らないよう窓を閉める。などがあります。

お風呂は食後1時間あけて

夕食後すぐに入浴すると、消化不良を起こす可能性があります。胃腸の「消化」という働きを促すために、1時間はおいてから入浴するようにしましょう。

子育てお悩み相談は
お電話・メールでも
お気軽にどうぞ...

renraku@sunshine.ed.jp

味覚を左右・五原味

食べ物には「五原味」と呼ばれる味があり、それぞれ甘味、うま味、塩味、酸味、苦味として知られています。中でも、人間が本能的に欲する味は、甘味、うま味、塩味の三つです。塩味は塩化ナトリウムなどミネラルの味として、うま味はアミノ酸などのタンパク質の味として、そして甘味は糖などのエネルギー源の味として重要です。(※「辛味」は「味」ではなく「刺激」として分類されることが多いようです)

パートナー保育登録は廃止されます

これまでお願いしていました「パートナー保育登録」は、2015年度より東京都の制度改正に伴い廃止されます。

おおきくなったかな?

身長・体重を測りにきませんか?
日時: 4/20(月) 9:45~11:15
場所: 保育園ホール
対象: 0・1歳児のお子様

健康についての相談もお気軽に

「病院へ行くほどでもないけど、ちょっと心配...」「予防接種ってどうしたらいいの?」などなど、そんなご相談に、当園の花田看護師がやさしく相談に応じます。

親子遠足

昭和記念公園で実施します
日時: 4/25(土) 9:55~13:00
場所: 立川市 昭和記念公園
※雨天中止
お申し込みはお申込用紙に必要事項をご記入の上入園料と合わせ4/9(月)までに提出ください。

赤ちゃん講座

楽しい離乳食

はじめてのステップ
テイクアウト可

離乳食の進めかたについて、保護者の方に試食をしていただきながら説明をしていきます。また、保育園での食事を含めた生活の様子もご覧いただけます。その後、保育園の給食を食べながら、離乳食に関わる疑問・相談に当園の栄養士・保育士がお答えしていきます。

日時: 4/22(水) 11:15~12:30
人数: 各月5組(先着順・初めての方優先)
場所: 太陽の子保育園ホール
対象: 0歳児の親子の方
参加費: 300円(保護者の方の給食代)
持ち物: 箸とコップ(大人)
口拭きタオル(こども)
申込み: 保育園までお越しください。

子育て講習会

今月のテーマ 家庭でできる 運動あそび

遊びがひろがる体験講座

昨年度好評だった、日本経営教育研究所の長屋先生の「家庭でできる運動遊び」講座を今年度も実施します。皆様のご参加をお待ちしています。

日時: 4/14(火) 9:30~10:00
※要申込
場所: 太陽の子保育園ホール
対象: 1・2歳児の親子の方
参加費: 無料
服装: 動きやすい服装

5/1(金) こどもの日会

5/1(金)午前10時よりホールにて、こどもの日会を行います。ぜひ遊びに来てくださいね(要予約)。
ご参加希望の方は職員までお声かけください。

ベビーマッサージ(5月)

好評をいただいていますベビマ講座を、5月より月1回のペースで実施します。気軽に遊びにきてください。

日時: 5/8(金) 10:00~11:30
対象: 生後2カ月~12カ月の親子
募集: 毎回10組
会場: 太陽の子保育園1階ホール
持ち物: バスタオル1枚・汚れてもいいタオル等・水分補給用の飲み物
服装: 普段着でどうぞ
料金: 無料(使用するオイルは実費にて販売)
講師: 0歳児クラス担当保育士(田原ボウディング協会ベビボウディングクラスベシヤリスト取得)
申込み: 保育園まで予約のお電話をください