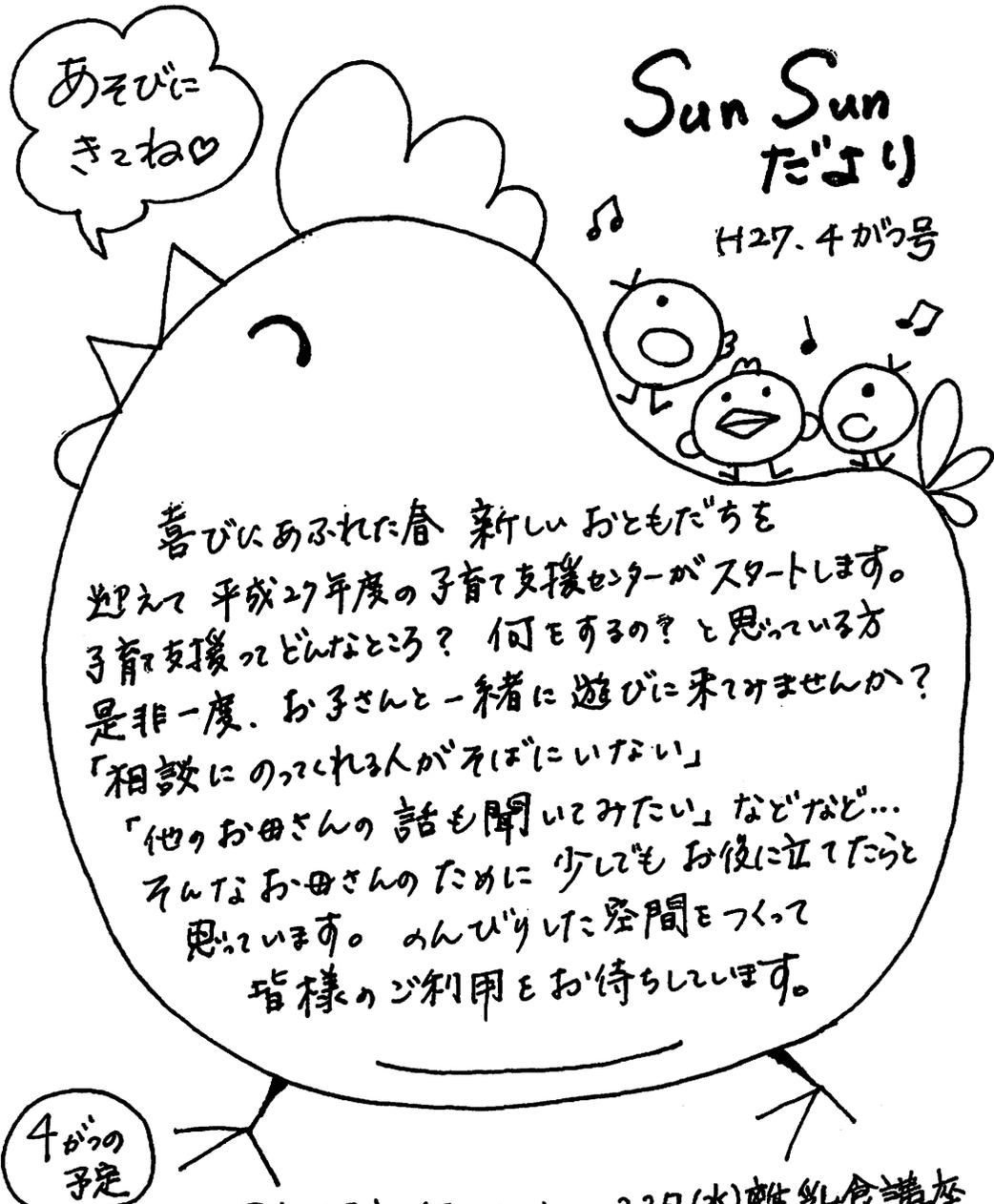


日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1	2 ひよひよ ひろば 〇園児対象の水一戸開放 要申請し込み不要です。	3 SUNSUN ひろば 〇園児対象の水一戸開放 要申請し込み不要です。	4
5	6 SUNSUN ひろば 〇園児対象の水一戸開放 要申請し込み不要です。	7 ひよひよ ひろば 〇園児対象の水一戸開放 要申請し込み不要です。	8 園庭 開放日 要申請し込み不要です。 雨天時は中止となります。	9 おくおく クラブ 1園児対象のサークル活動 要申請し込み不要です。	10 SUNSUN ひろば 〇園児対象の水一戸開放 要申請し込み不要です。	11
12	13 SUNSUN 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? 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。みんなの空気を分けて
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、家族みんなでゆとりのある時間を選ぶ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