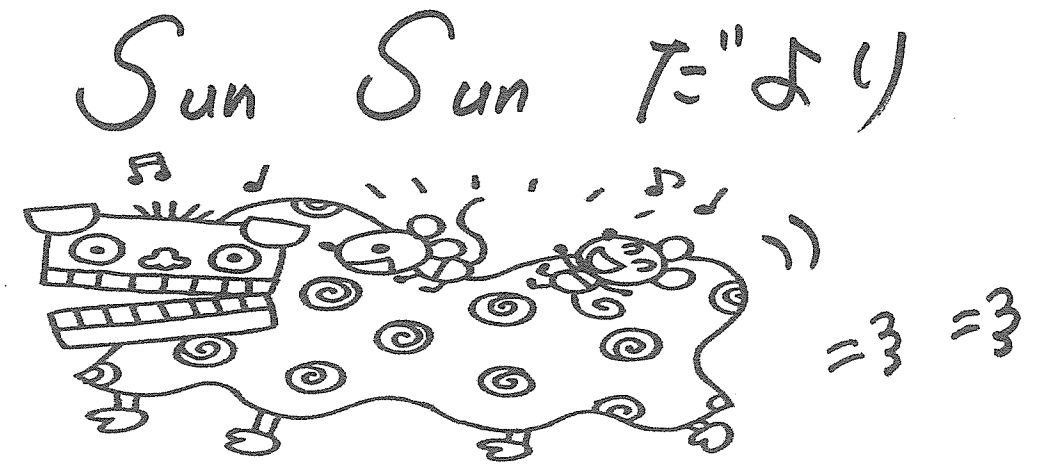


日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7 わくわく クラブ④ ！ 縦児対象のサークル活動 事前登録が必要です。	8 ベビマ 講座 ○ 縦児対象 事前予約が必要です。	9 SUNSUN ひろば ホール開放 事前申し込みは不要です。	10 びよびよ ひろば ○ 縦児対象のホール開放 事前申し込み不要です。	11
					保育所(離乳食) 体験 ○ 縦児対象 事前予約が必要です。	
12	13	14 びよびよ ひろば ○ 縦児対象のホール開放 事前申し込み不要です。	15 園庭 開放日 事前申し込みは不要です。 雨天時は中止となります。	16 SUNSUN ひろば ホール開放 事前申し込みは不要です。	17 園庭 開放日 事前申し込みは不要です。 雨天時は中止となります。	18
19	20 びよびよ ひろば ○ 縦児対象のホール開放 事前申し込み不要です。	21 わくわく クラブ④ ！ 縦児対象のサークル活動 事前登録が必要です。	22 園庭 開放日 事前申し込みは不要です。 雨天時は中止となります。	23 にこにこ クラブ④ こども縦児対象のサークル活動 事前登録が必要です。	24	25 SUN太お楽しみ会 (青空ひろば) ※詳細は別紙にて案内 事前にお申し込みください。
26	27 おおきく なったかな? ○・！ 縦児対象の身体測定 事務係による健康診断も	28 びよびよ ひろば ○ 縦児対象のホール開放 事前申し込み不要です。	29 SUNSUN ひろば ホール開放 事前申し込みは不要です。	30 SUNSUN ひろば ホール開放 事前申し込みは不要です。	31 誕生日会 事前にお申し込みください	1
2	3 節分の日会 ※詳細は別紙にて案内 事前にお申し込みください。			太陽の子保育園 子育てひろば 2020年 1月度予定		



令和2年 1月号

太陽の子保育園 子育て支援セター

「あけまして おめでとうございませう。」

皆さんの初夢はいかがでしたか？

今年も子どもたちと一緒に笑顔いっぱいの一年になりますように。

家族で楽しいお正月を過ごした子どもたちは、笑顔で新年のあいさつを交わしています。「おめでとう！」のあいさつは、芽がでて大きな木になりますようにと健やかな成長を願うあいさつ

みんなでたくさん言い合いたいですね。

<今月の予定>

8日(水)ベビーマッサージ あおぞら保育園・要申込

10日(金)離乳食・要申込 15日(水)17日(金)22日(水)園庭開放

25日(土)Sun太お楽しみ会・要申込

27日(月)おおきくなったかな？ 31日(金)お誕生日会

意欲のある子は早寝早起き

子育て支援 ひだまり通信
高山静子著 チャイルド社より

朝「おはよう！」と気持ちよく起きてきて、自分で準備をして「行ってきま〜す！」と元気に学校へ出かけて行く、そんな小学生だったらどんなにいいでしょう。そのために、乳幼児期にほんのちょっと手をかけてみませんか。

早く寝かしつけるとこんなに楽！～小さいうちが勝負～

6歳までの子どもの理想的な就寝時間は8時。「そんなばかなー」と思うけれど、やっぱり早寝早起きの子どもには、いいことがたくさんあります。



自分ですっきりと起きる！
自分ですっきりと起きる。「早く起きなさい」と言わなくていい。



ひとりでよく遊び機嫌がよい
眠りが足りていると情緒も安定。親のイライラも少なくてすむ。



意欲的！
「早くしなさい」と言わなくてすむ。



時間ができる
夜、ゆっくりと大人の時間を楽しめる……。



病気に強い！
ぐっすり眠ると食欲もわく。自律神経、ホルモン分泌、消化器の働きも快調！



早寝早起きの習慣がつく
「早く寝なさい」と言わなくていい。

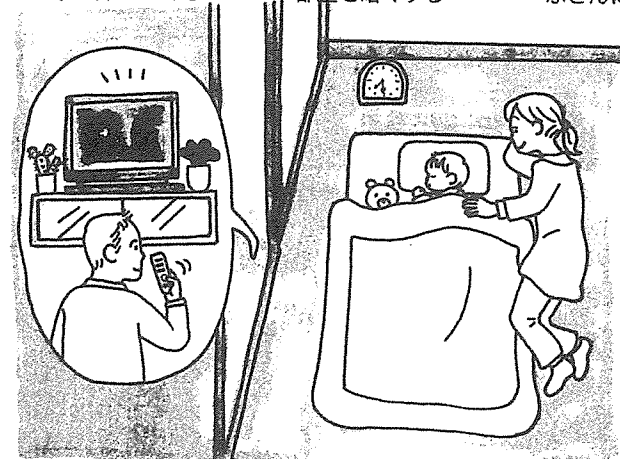
子どもを寝かしつけるには？

子どもに1日3回食事を食べさせるように、幼児の間は、毎日子どもを寝かしつけることが親の役割です。睡眠のリズムができあがると、次第に同じ時間に眠くなるようになります。

お父さんは
早めに家に帰ってくる

電気を消して
部屋を暗くする

9時までは
ふとんに入れる



テレビなどの音は
小さくする

背中を軽くたたいたり
さすったりする

寝かしつける時間は
15分から30分

寝かしつけて
もらえない子どもは、
毎日体の限界に挑戦！

幼児は、放っておくと体の限界まで起きています。親に寝かしつけてもらえない子どもは、脳の疲労もたまりがちです。

遊びながら
バツリ



イベント案内



SUN 太おたのしみ会

ゆとりぎ大ホールにて、毎年恒例の「SUN 太おたのしみ会」を行います。たまっ子座さんによる迫力ある太鼓演奏、そして職員による楽しい出し物、また、保育園園児による歌・おどりなど楽しい内容盛りだくさんです!! ぜひご家族おそろいであそびにきてください。

日時: 1/25(土)
場所: ゆとりぎ

1階大ホール



観賞ご希望の方は 1/10 までに
お知らせください(入場無料)

お正月の伝統遊び

羽根つき

羽根の玉に使われている黒い玉は『無患子』という木の実で、子どもの無病息災を願う縁起物です。更に羽根を羽子板でこんこんと打つ音は、邪気を祓うといわれ、羽根つきは子どもを病気から守る遊びとされています。



かるた・百人一首

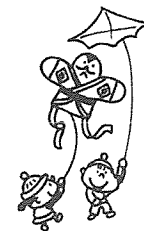
読み札と取り札があり、歌やことわざに見合うカードをたくさん取った人が勝ちとする遊びです。もとはポルトガル語からきた言葉ですが、江戸時代にはお正月の遊びとして定着し、百人一首・いろはかるた・花札などが誕生しました。

福笑い

目隠しをして、おたふくの顔の上に目や鼻などの顔のパーツを置き、完成した面白い表情で笑う遊びです。『笑う門には福来たる』ということわざのように、新年の福を願ってみんなで楽しめます。

たこ揚げ

昔から、立春の頃に空を見上げることは良いことだとされています。子どもが元気に育つようにと願いを込めて、江戸時代に新年の遊びとして定着していました。



保育所・離乳食体験

はじめの一步
チケット利用可

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、育児・離乳食に関わる疑問・相談に当園の保育士・栄養士が回答していきます。

日時: 1/10(金) 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)
□拭きタオル(こども)
申込み: 保育園までお越しください。



ベビーマッサージ あおぞら保育園

ベビーボンディング(ベビーマッサージ)で、赤ちゃん・お母さんともにリフレッシュ!!

日時: 1/8(水) 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: あおぞら保育園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



国際ボンディング協会
ベビーボンディングケアスペシャリスト取得

申込み: あおぞら保育園まで予約のお電話をください
042-554-2154

おおきくなったかな？

身長・体重を測りにきませんか？

日時: 1/27(月) 9:45 ~ 11:15

場所: 保育園ホール

対象: 0・1歳児のお子様



子育てお悩み相談はお電話・メールでもお気軽にどうぞ…
info@sunshine.ed.jp