



府中市 地域子育て支援センター 「はぐ」ひがし7月



6月は肌寒い日があったり、気温が上がり暑い日があったりしましたね。これから夏本番になりますが、暑さで食欲が落ちたり、睡眠不足になったりして体調を崩さないようにしたいですね。生活リズムを整えて暑さに負けず過ごしましょう。学校が夏休みになると文化センターのひろばがなくなりますが、「はぐ」でお待ちしていますので、遊びに来てくださいね。

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
	7・8月は園庭開放はお休みです。				ポップコーン 白糸台文化センター 10:00~11:30	
5	6	7	8	9	10	11
					ポップコーン 白糸台文化センター 10:00~11:30	
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
ポップコーン ・パパ 10:00~11:30 東保育所	海の日		子育て講座 「ウォーター ランド」 10:00頃~ 14:00頃~			
26	27	28	29	30	31	

「はぐ」ひがし問合せ



府中市若松町3丁目21番地の4
TEL 042-362-5200

開設時間:月~金(祝日を除く)

*午前の部 9:30~12:00

*午後の部 13:30~16:00

12:00~12:30

※もぐもぐタイムの利用は午前中のひろばを予約した方に限ります。

対 象:0歳~就学前児とその保護者、妊娠中の方

アクセス:京王線 府中駅よりちゅうバス(多磨町ルート)「若松防災センター」下車徒歩5分

夏季の

園庭開放について

お子さんの安全を考えて、
7月・8月は園庭開放を中止
とさせていただきます。

何卒、ご理解・ご協力をいただけますようお願いいたします。

子育てひろば・子育て講座の予約は、各日程の30日前の9時からLINEで受け付けています。



@fuchu-city



「はぐ」子育て講座

「ウォーターランド」

日時 7月22日(水)

10:00頃~

14:00頃~

会場 「はぐ」ひがしひろば室

内容 暑い夏...一緒に涼しくなりませんか。手づくりのウォーターベッド等で遊びます。赤ちゃんでも遊べます。

※予約受付中



第3日曜日は 「ポップコーン・パパ」



東保育所の遊戯室で、お子さんとパパと一緒にあそびませんか。

日時 7月19日(日)

10:00~11:30

会場:東保育所 遊戯室

対象:0歳から3歳児とその保護者

※予約受付中

子育てひろば「ポップコーン」

日時 7月3日(金) 10日(金)

10:00~11:30

会場 白糸台文化センター

対象 0歳から3歳児とその保護者

※予約受付中



「はぐ」ひがしでは、子育て講座のほかに、おはなし会や折り紙講座、音楽会等楽しい企画を計画しています。日程や内容等のお知らせは、「はぐ」ひがしのひろば室に掲示していますのでご覧ください。お待ちしております。



お誕生日おめでとう

お誕生日のお友だちに
誕生カードをお渡ししてい
ます。
身長体重測定も行います。
職員にお声掛けください。

子育て相談

「はぐ」では、育児相談を受け付けています。子育ての中
で困ったこと心配なことがありましたら職員にご相談くだ
さい。栄養士や看護師もいますので、遠慮なく声をかけて
ください。



簡単シュウマイを作ってみませんか。

シュウマイという包むのが大変というイメージがあ
りませんか。でも、ひき肉を使った料理は、手軽で子ど
もは大好きですね。今回はシュウマイを紹介します。

【材料】4人分

・豚ひき肉 100g ・鶏ひき肉 100g
・玉ねぎ 50g ・キャベツ又はレタス(せん切りにして
おく)

A・塩 ・コショウ ・しょうが汁

B・片栗粉 ・酒



【作り方】

- ①豚ひき肉と鶏ひき肉、A を入れ粘りが出るまでこねる。
- ②玉ねぎをみじん切りにして①に加え、よく混ぜる。か
たさを見ながら B を加え一口大に丸める。
- ③お団子の周りにキャベツ又はレタスのせん切りを付け
る。
- ④湯気がたった蒸し器に並べて、約 20 分蒸す。

※周りにつけるキャベツやレタスのかわりにホールコー
ンやもち米(30 分水に浸し、ざるにあげて使う)を付
けてもいいですよ。

子どもを熱中症から守ろう！ 子どもがこんな時は危険、気を付けて！

- ・顔がほてっている
- ・触れると体が熱い
- ・皮膚が乾燥気味
- ・泣き声が、弱々しい、泣かない
- ・おしっこやうんちの量が少ない
- ・ぐったりしている
- ・おっぱいやミルク、水分を飲まない
- ・吐いている



まずは予防、熱中症にならない環境を心がけよう！

- ・汗で失われた水分をこまめに補給しましょう。
- ・帽子をかぶり、風通しのよい服装にしましょう。
- ・外に出る時間帯を考え、出来るだけ日陰を選んで、遊
ぶようにしましょう。

※たとえ短時間でも、自動車の車内にお子さんを残したま
ま離れるのは危険です。エアコンをつけていても子ども
だけ車内に残すことは、大きな事故の原因になりますの
でやめましょう。



絵本の紹介 『はなびドーン』

夜空に浮かび上がる、色鮮やかな花火。小さいの、大きいの、黄色いの、
まあるいの、星形の…。「ドーン」など様々な音といっしょにはじまる花火に、
心も ぱあっと明るくなります。色、音、形が楽しめる絵本です。



8月のお知らせ

「はぐ」子育て講座 夏まつり

親子で楽しめる、夏ならではの内容を考えています。

日時 8月26日(水)

10:00頃～

14:00頃～

会場 「はぐ」ひがし ひろば室

※予約開始 7月27日(月)～



第3日曜日は「ポップコーン・パパ」

東保育所の遊戯室で、お子さんとパパと一緒に
あそびませんか。

日時 8月16日(日)

10:00～11:30

会場：東保育所 遊戯室

対象：0歳から3歳児とその保護者

※予約開始 7月17日(金)～



はぐっとセミナー

木のおもちゃ等で遊びませんか！

【ブックントイ】による『おもちゃ遊び&ミニおもちゃ講座』

日時 8月20日(木) 10:00頃～

会場 「はぐ」ひがし ひろば室

講師 ブックントイ 新田氏

※予約開始 7月21日(火)～



7・8月の晴天の日の9:30～10:00に
「はぐ」のテラスで水遊びを行います。日程
については、「はぐ」ひがしのひろば室に掲示
していますのでご覧ください。