



「はぐ」ひがし問合せ
 府中市若松町3-21-4
 連絡先042-362-5200
 開設時間：月～金
 （土日祝日を除く）
 午前9時30分～午後4時
 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
 ★「はぐ」はゆっくりと親子で
 利用できる子育てひろばです。
 ぜひ、ご利用ください。

暑い夏・・・。「あとどれくらい続くのかな？」と悩んでいるうちに、朝晩のひんやりとした空気に秋の訪れを感じるようになりまし
 た。秋といえば、食べ物がおいしい季節。旬の食材をおいしくいただきながら、心もからだも健康に過ごしていきたいですね。
 夏の疲れが出やすい時期ですので、生活リズムを整え、十分な睡眠をとるようにしましょう。

「らくがきボール」
 鈴木のみたけ・ラクビー選手
 の仲間たち（著）小学館
 ラクビーボールがいろい
 ろなものに変身？ラクビー選
 手
 が作ったラクビー型の絵本で
 す。ラクビーワールドカップ
 2023フランス大会が9月
 8日に開幕します。この本
 は、日本ラグビーフットボール協会よ
 り寄贈されたものです。保育
 所の子供たちに人気の絵本で
 す。

絵本の紹介

「はぐ」で
 ご覧ください。

【9月の予定】

9月のうた
「どんぐりころころ」
 どんぐりころころ どんぶりこ
 おいけにはまって さあたいへん
 どじょうがでてきて こんにちは
 ぼっちゃん いっしょに
 あそびましょう

どんぐり ころころ
 よろこんで しばらくいっしょに
 あそんだが
 やっぱりおやまが こいしいと
 ないては どじょうを
 こまらせた



子育て相談を受付けています。
 月～金曜日
 9：30～16：00
 子育てで心配なこと、何でも気
 軽に相談してください。

9月のクイズ

9月が旬の食べ物クイズ
 です。わかりますか？

もんだい1
 栗はとげとげしたイガに
 入っています。では、一つ
 のイガに栗は何個入って
 いるでしょう？
 ① 2個 ②3個 ③4個

もんだい2
 「すすき」には「〇花」と
 いう別名があります。見た
 目がヒントです。
 ① 髪花 ②尾花 ③足花

もんだい3
 7～9月頃に旬を迎える
 「昆布」が育つ場所はどこ
 でしょう？
 ① 海 ②川 ③湖

もんだい4
 松茸はどうして高級な食材
 なのでしょう？
 ① 日本でしか見つからな
 いから。
 ② 人工的に育てられない
 から。
 ③ 成長のスピードが遅い
 から。
 こたえは裏面を見てね。

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
	☆子育てひろばの予約は全てLINEです。 2次元コードから友だち登録をしてください。予約が満了になっていても当日にキャンセルができることもありますので利用したい日を確認してください。				園庭開放 11:00～12:00	ポップコーン 白糸台文化センター 10:00～11:15
3	4	5	6	7	8	9
	ポップコーン 押立文化センター 10:00～11:15	園庭開放 11:00～12:00 子育て講座 是政文化センター 10:00～11:15	ポップコーン 是政文化センター 10:00～11:15		園庭開放 11:00～12:00	
10	11	12	13	14	15	16
	ポップコーン 押立文化センター 10:00～11:15	園庭開放 11:00～12:00 わくわくタイム 「わらべうた」 10:00～10:30 14:00～14:30	ポップコーン 是政文化センター 10:00～11:15	赤ちゃんひろば 「びーかーぶー」 14:00～15:30	園庭開放 11:00～12:00	ポップコーン 白糸台文化センター 10:00～11:15
17	18	19	20	21	22	23
ポップコーン ・パパ 10:00～ 11:15	敬老の日	園庭開放 11:00～12:00	すきっぷ 紅葉文化センター 10:00～11:15		園庭開放 11:00～12:00	秋分の日
24	25	26	27	28	29	30
		園庭開放 11:00～12:00	ポップコーン 是政文化センター 10:00～11:15		園庭開放 11:00～12:00	
					★9月の園庭開放スポット タイムはお休みです。	



おたんじょうびおめでとう♪

お誕生日のお子さんに手づくりの誕生日カードを差し上げています。また、身長体重測定は随時受け付けています。スタッフに声をかけてください。

赤ちゃんあつまれ ひーかーぶー

赤ちゃんのひろばです。あかちゃんの大好きな触れ合いあそびや保護者同士のおしゃべりを「はぐ」のお部屋で楽しみましょう♪

★日時 9月14日(木) 14:00~15:30
※対象年齢 令和4年10月 ~ 令和5年6月生まれ

★日時 10月5日(木) 14:00~15:30
※対象年齢 令和4年11月 ~ 令和5年7月生まれ

★場所 「はぐ」ひがし ひろば室 **LINEで受付中!**
都合の良い日を選択してください。予約は1回限りです。はぐ全館で開催しています。詳細は「はぐ」ひろば室等に掲示してあるポスターをご覧ください。

9月クイズのこたえ

1. ②
2. ②馬のしっぽに似ていることから。
3. ①昆布は寒い地域で育つので日本とれる昆布の殆どが北海道で収穫されています。
4. ②松茸はほかのキノコと違って人の手で育てることができません。そのため自然の中で見つかるしかないため高級な食材となっています。

第43回福祉まつり(あったか府中ささえあいまつり)

日時 令和5年10月15日(日曜日) 午前10時~午後4時

場所 ケヤキ並木通り及びその周辺
内容 各参加団体による展示 PR や体験活動、参加団体の自主製品などの模擬店、福祉団体によるステージ など
主催 府中市、府中市社会福祉協議会 福祉祭り特設サイト

<http://fuku-fuchu.jimdofree.com>
地域子育て支援センター「はぐ」も福祉まつりに参加をしますのでぜひ遊びにきてください。



『9月わくわくタイム』

日時 9月12日(火)
午前: 10時~ 午後: 14時~
内容 「みんなで歌おう!」ふれあい遊び 他 はぐひろば室は通常通り利用可能です。

秋といえば、さつまいもの美味しい季節です。今月は子どもたちが大好きなレシピの紹介です。**「さつまいもとリンゴの重ね煮」**

【材料】さつまいも 中1本 りんご 1/2個
バター 大匙1 砂糖 小さじ2 水
*お好みでレーズン(大匙1)

【作り方】

- 1 さつまいもとリンゴは、7ミリの厚さのいちょう切り、レーズンはさっと湯につけて戻します。
- 2 鍋にさつまいも、りんご、レーズン、そのほかの調味料を入れ、材料にかぶるくらいの水をいれ、やわらかくなるまで煮たら出来上がり。



★簡単にできますよ。

育メンバ集まれ~! 東保育所「ポツコンパ」

へ遊びに来ませんか?
毎月第3日曜日
午前10時~
本町・小柳保育所でも開催してます。



9月子育て講座のご案内

*日時 9月5日(火) 10時~11時15分
*場所 是政文化センター 1階 遊戯室
*内容 「世界のおもちゃで遊ぼう!」
一年齢にあった遊ばせ方について
*講師 ブックン toy 新田さん
LINE 予約受付中。

10月「はぐ」ひがし講座日程について

【はぐ子育て講座】

日時 10月30日(月) 31日(火)

午前の部: 10時~
午後の部: 14時~
内容 「運動会ごっこ」
*親子で楽しめる遊びを用意しています。遊びにきてください。

【わくわくタイム】

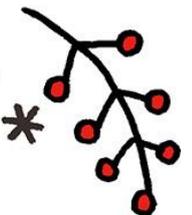
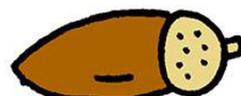
日時 10月16日(月)

午前の部: 10時~
午後の部: 14時~
内容 「楽器で遊ぼう!」
*「はぐ」ひろば室は通常通り利用可能です。

【はぐ健康講座】

日時 10月24日(火) 15時~

内容 「上手な手の洗い方」
講師 東保育所 看護師
*生活の中で毎日行っている手洗い。検査キットで、お子さんの洗ってる度をチェックします。正しい洗い方を覚えて帰ってくださいね。



にこにこコラム

9月1日は防災の日「頭を守るダンゴムシのポーズ」

保育所では毎月避難訓練を行っています。9月1日は保護者の方にも協力頂き防災訓練を行っています。「地震です。地震です。」という放送が流れると、絵本を手取るなどして遊んでいた子どもたちは、「地震だ〜。」と一斉に机の下にもぐったり、その場にいる先生のそばにしゃがみこんだりします。

子どもたちは、訓練の中で命を守るポーズや、避難するときの方法などを学びます。地震の時は、しゃがんで頭を守る「ダンゴムシのポーズ」。ダンゴムシのように体を丸め頭を守ります。避難するときは「おかしも」の合言葉。「おさない・かけない・しゃべらない・もどらない」そして煙を吸い込まないように口と鼻を押さえることなど毎月の訓練の中で繰り返し学んでいます。

でも・・・家庭で地震が起きたら、どうしたらよいのでしょうか? 右の絵のように子どもと向き合せになり親のおなかあたりに子どもの頭をおき、親は子供のお尻を抱えるように身体を丸めます。子どもの全身が収まりきらない場合は、まずは頭を守りましょう。*上からも物が落ちてくる場所やガラス窓の近くは危険です。日本は世界有数の地震国です。

いざというときのために、ライフラインが遮断(電話回線)されたしまった際の連絡方法や避難場所、おむつやおしりふき、哺乳瓶など防災グッズの点検など準備をしておくこと安心ですね。

