

令和6年3月1日発行

府中市 地域子育て支援センター

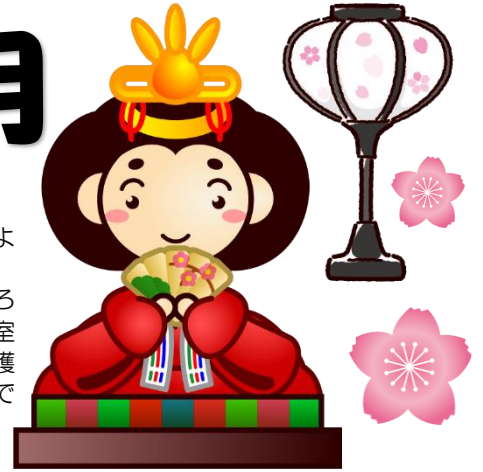
3月

「はぐ」ひがし

日に日に寒さも和らいで、春の陽気を感じられるようになってきましたね。

今年度も残りあと1か月となりました。4月のころにはまだハイハイだった赤ちゃんが今では、ひろば室を歩き回ったり、お喋りをするようになったりと保護者の方と子どもたちのいろいろな成長を見ることができて嬉しく思います。

限られた子育て時代、楽しんでくださいね。



【ポップコーン・パパの開催日変更のお知らせ】

令和6年4月から子育てひろば「ポップコーン・パパ」の開催日が各保育所で変わります。

(開催日)

第3日曜日…東保育所・住吉保育所・三本木保育所

第4日曜日…北山保育所・小柳保育所・本町保育所

(開催時間) 10時00分～11時15分

(対象年齢) 0歳児～3歳児とその保護者

第3・第4日曜日は
楽しい時間を過ごしましょう。
あそびにおいで!



「もぐもぐタイム」(飲食可能な時間) 開始のお知らせ

午前中のひろばを予約した方に限りですが、飲食ができる時間を設けます。親子でご利用ください。

- 1 開始日 令和6年3月1日(金)～
- 2 時間 12時00分～12時30分
- 3 場所 「はぐ」ひろば室
- 4 注意事項

- ① 食物アレルギーをお持ちのお子さんもいますので、食べ物の取り扱いにはご注意ください。
- ② ごみは各自でお持ち帰りください。

3月のクイズ

【3月の予定】

問題1 キウイフルーツはオーストラリアでは変わった食べ方をします。どのような食べ方でしょう?

- ① 凍らして食べる。
- ② 皮ごと食べる。
- ③ ゆでて食べる。

問題2 蛤は、どうして貝なのに「くり」という名前がついているのでしょうか?

- ① 栗のように殻がとげとげしているから。
- ② 栗と見た目が似ているから。
- ③ 栗のように甘くておいしいから。

問題3 3月が旬の魚「サヨリ」は見た目が特徴的で頭の先が尖っているのですが、これはどこの部位が飛び出してきたのでしょうか?

- ① あご ② 鼻 ③ 歯

問題4 ヨモギの花は何色でしょう?

- ① 白 ② 黄 ③ 紫

問題5 たけのこは1日に何センチ伸びるでしょう?

- ① 1cm ② 10cm ③ 30cm

こたえは裏面にあります。

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
	3月21日(木)～4月9日(火)まで 園庭開放はお休みになります。				園庭開放 11:00～12:00 ポップコーン 白系台文化センター 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	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 わくわくタイム 9:30～ 13:30～ 「手作り絵本」	
10	11	12	13	14	15	16
	子育て講座 「アニマルコンサート」ほか ①10:00～ ②14:00～	園庭開放 11:00～12:00 子育て講座 「アニマルコンサート」ほか ①10:00～ ②14:00～	ポップコーン 是政文化センター 10:00～11:15 すきっぷ 紅葉丘文化センター 10:00～11:15		園庭開放 11:00～12:00	
17	18	19	20	21	22	23
ポップコーン・パパ 10:00～ 11:15	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	春分の日		ポップコーン 白系台文化センター 10:00～11:15	
24/31	25	26	27	28	29	30

【3月のクイズの答え】

1. ②キウイは3月が旬の果物です。日本では、キウイを食べるときは包丁で切って皮以外の実を食べることが多いですが、オーストラリアでは、皮ごと食べるのが当たり前となっています。皮には実よりも多くの栄養が詰まっています。
2. ②ハマグリは2月～4月が旬の食べ物です。ハマグリは閉じた状態が栗と似ていることから名付けられたと言われています。
3. ①サヨリは下あごがとても長く飛び出ている、これにより頭の先が尖っているように見えます。この長い下あごをつかって餌を集めて食べています。
4. ③ヨモギの食べごろは3～5月ですが、9月～10月の夏から秋にかけて紫色の小さな花を咲かせます。
5. ③たけのこは春が旬の野菜で1日に30cm伸びる、とても成長の早い植物です。

あかちゃんといっしょ わらべうた遊び 「おせんべ やけたかな」

【遊び方】

せんべいに見立てた赤ちゃんの手を、「おせんべやけたかな」と言いながら人差し指でやさしくトントンします。
「やけた！」で、その手をうらがえし、食べる真似をします。
下の絵のようにご家族でも楽しめますよ。



「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

「わくわくタイム」

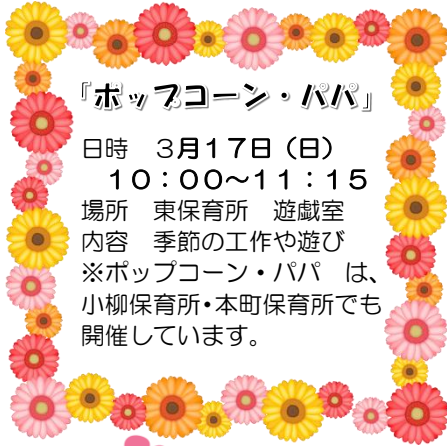
日時 3月8日(金)
9:30～ 13:30～

内容 手作り絵本講座
講師 孫田 純子 先生
※予約が満了していますが、キャンセルが出ることもありますので、LINEの予約画面を確認ください。

園庭開放に遊びに来ませんか？

「はじめての砂との出会い」

さらさらした砂の感触や、湿った土の感触など無限大の楽しさがあります。一緒に楽しみましょう。



『ポップコーン・パパ』

日時 3月17日(日)
10:00～11:15
場所 東保育所 遊戯室
内容 季節の工作や遊び
※ポップコーン・パパは、小柳保育所・本町保育所でも開催しています。

保育所おやつレシピ「ココアトースト」

【材料】(4人分)

食パン(6枚切) 2枚 砂糖 大さじ1
バター小さじ4 純ココアパウダー小さじ1/2

【作り方】①バターにココア、砂糖を加えてよく混ぜる。
②食パンに①で作ったココアバターを塗り、オーブントースターで焼く。



子育て相談を受け付けています。離乳食の事、赤ちゃんとの関わり方など何でも気軽に相談してください。

受付時間 9時30分～16時00分
※電話でも受け付けています。
042-362-5200(「はぐ」ひがし)

3月子育て講座のご案内

今年度最後の「はぐ」パーティー。みんなで歌って踊って楽しみましょう♡
日時 3月11日(月) 12日(火)
午前の部 10:00～
午後の部 14:00～
場所 「はぐ」ひがし ひろば室
内容 「アニマルコンサート」ほか
※LINEで予約受付中。



にこにこコラム『春から保育園・・・うちの子大丈夫？』

育休が終わり、4月から仕事復帰をする方も多いのではないのでしょうか。最近「はぐ」の中で「子育てだけでも大変なのに、仕事が始まったらどうなるの？」という声を聞きます。

子どもを保育園に預けた帰りに耳をつんざくほど泣かれて「こんなはずじゃなかった。子どもの心に傷が残るのではないかと心配になるかもしれません。でも大丈夫です。保育のプロである保育士を信用して預けてよいと思います。1～2週間ほど泣いてもやがて子どもは慣れていきます。なぜなら、パパママ以外の人からも面倒をみてもらえる、愛されていることが、赤ちゃんなりに肌で分かってくるからです。これはとても大切な経験です。

そして、お子さんを保育園に預けるときや、迎えに行くときに、担当の保育士さんと楽しそうに話をしてみましょう。話の内容は保育のこと以外でも良いのです。ママやパパが楽しそうに話している姿を子どもは良くみていますし、大人の話も良く聞いています。ママやパパが笑顔でいると赤ちゃんは安心するのです。

そして、仕事直後は仕事も100%、子育ても家事も100%と考えがちです。でもそれは無理で、現実的ではありません。ですから、仕事と子育て、家事を全て合わせて100ぐらいになるように考えましょう。

職場への恩返しや、育児休業明けで申し訳ないという気持ちがあると思いますが、気にしなくて大丈夫。(休みの間、フォローをしていただいた方への感謝の気持ちは大切だと思います。)今は育児で大変な時。長い目で見れば、もう少し経てば恩返しができるかもしれません。また、育児がひと段落すると、親の介護などで時間が必要になる方も出てくるかもしれません。そのように「お互いさま」で、代わり合える時がきます。

子どもは親の頑張る姿、背中をみて成長していきます。保育園に長時間預けて「ごめんね。」ではなく、「一緒に暮らして、こんなに育ってくれてありがとう。」そんな子どもへの感謝を胸に仕事復帰の大変な時期を乗り越えていってくださいね。「はぐ」は子育てをするパパとママをいつまでも応援しています。仕事がお休みの日は是非遊びにきてください。

おたんじょうび おめでとう



3月の誕生月のおともだちに、誕生日カードをプレゼントします。受付でお知らせください。



【4月の子育て講座のお知らせ】

*「はぐ」講座
4月11日(木)
12日(金)

AM/PM
内容 工作「こいのぼり作り」ほか
*わくわくタイム
4月18日(木)
AM/PM
内容 お楽しみ!