

「はぐ」ひがし イベントカレンダー

太陽の陽射しも強くなり、夏本番という季節になりました。保育所の園庭では、水遊びや虫探しなど夏ならではの遊びを楽しんでいます。夏は気温と湿度が高い日が多く、体調を崩しやすい時期でもあります。また、長期休暇中は遠出をしたり、行楽地に出かけたりする機会も増えるため、より疲れやすく体調管理がとても大切です。屋外で遊ぶ際には、適度に休憩を入れることや、暑さが厳しい時間帯は室内で過ごすなど、元気に過ごせるようにしていきましょう。



8月の歌「トマト」

「トマト」 作詞：荘司武 作曲：大中恩
 トマトって かわいいなまえだね うえからよんでも
 トマト したからよんでも トマト
 トマトって なかなかおしゃれだね ちいさいときには
 あおいふく おおきくなったら あかいふく

8月『ポップコーン・パパ』のご案内

- 日時 ①8月17日(日) 東保育所
 ②8月24日(日) 小柳保育所
 10:00~11:30
- 会場 保育所 遊戯室
- 対象 0歳児~3歳児とその保護者
 お父さん同士の交流や年齢に見合った遊び方をお教えます。保育士によるスポットタイムもありますので、是非遊びにきてください。お待ちしております。
 ※LINE で予約受付中です。

「はぐ」ひがし問合せ

府中市若松町3丁目21番地の4
 連絡先042-362-5200
 開設時間：月~金(祝日を除く)
 *午前の部 9:30~12:00
 12:00~12:30(もぐもぐタイム)
 *もぐもぐタイムは飲食可能な時間
 *午後の部 13:30~16:00
 対象 妊娠中の方、0歳~就学前児とその保護者
 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

子育て相談を受け付けています。
 月~金曜日 9:30~16:00
 公立保育所には栄養士、看護師がいます。離乳食のこと、感染症など健康に関すること、何でも気軽にご相談ください。
 ※電話相談もできます。
 042-362-5200



8月の予定

暦の上では立秋ですが、猛暑が続く時期。うなぎや、たこで精力をつけて暑い夏を乗り切りましょう。さて、8月のクイズです。わかりますか？

第1問 ヒマワリの花の真ん中にはたくさんの種があります。何個くらいはいつているでしょう？
 ①100~500個
 ②1500~3000個
 ③7000~10000個

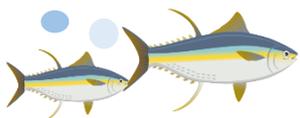
第2問 カブトムシとクワガタムシではある部分が大きく異なります。それは何でしょう？
 ①寿命 ②卵を産む場所
 ③体の大きさ

第3問 セミは幼虫の期間土の中で過ごします。土の中で過ごす期間はどのくらい？
 ①1か月以上 ②1年以上
 ③3年以上

第4問 8月は花火大会がたくさん開かれます。最近はいろいろな花火が見られるようになりましたが、花火ではどうしても作れない色があります。それは何色でしょう？
 ①黒 ②赤 ③青

第5問 ゼリガニの足は何本でしょう？
 ①6本 ②10本 ③14本

クイズの答えは裏面を見てね。



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					はぐっとセミナー (保活講座) 「保育所選び」 10:00~11:30 講師：保育コンシェルジュさん、先輩ママ・パパ	
3	4	5	6	7	8	9
			スタジオはぐ 10:00~11:30 午前のみ 共催：秘書広報課			
10	11	12	13	14	15	16
	山の日					
17	18	19	20	21	22	23
ポップコーン・パパ 10:00~11:30 東保育所			はぐっとセミナー (食育講座) 「夏の食事」 15:00~15:30 講師：東保育所栄養士			
24/31	25	26	27	28	29	30
24日 ポップコーン・パパ 10:00~11:30 小柳保育所			はぐ子育て講座 「ウォーターラト」 10:00~14:00			

「たっち」で開催 『ミニはぐフェスティバル』
 今年はミニバージョンでの開催です。「はぐ」の職員と一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

【日時】 9月11日(木) ①11:00~11:30 ②13:30~14:00
 ③15:00~15:30

【対象】 0歳~就学前のお子さんとその保護者
 【会場】 子ども家庭支援センター「たっち」交流ひろば内 和室(赤ちゃんスペース)
 【内容】 歌 体操 ハンドベル演奏 など ※各回すべて同じ内容
 【参加方法】 予約が必要です。府中市 LINE 公式アカウントより開催日の30日前から予約できます。

※参加される方は「たっちパス」(登録証)をご持参ください。
 ※初めて「たっち」をご利用される方は登録が必要です。
 【問合せ】 地域子育て支援センター「はぐ」さんばんぎ 042-365-6212

8月のクイズ こたえ

- ①一つのヒマワリからおよそ1500~3000個の種をとることができます。
- ②カブトムシは土の中。クワガタムシは木の中に卵を産みます。カブトムシの幼虫の食べ物は腐葉土。クワガタムシの幼虫の食べ物は立ち枯れたクヌギなどの広葉樹の中で木を食べながら成長します。
- ③セミは種類にもよりますが、3年以上土の中で過ごします。長いものでは10年以上土の中で過ごす幼虫もいるそうです。
- ④①花火はいろいろな薬品の化学反応を使って色を作っているのですが、「黒」だけは作ることができません。黒以外の色は現在ほぼ再現できるようになっているそうです。
- ⑤②ザリガニは大きなハサミも含めて全部で10本の足があります。

親子で楽しめる絵本の紹介(夏)



「すいか」 小峰書店
 石津ひろ作 村上康成 絵
 おじいちゃんの畑で甘く育ったすいか。うららちゃんといちくん兄弟や動物たちが思いきりがぶりつく。その味は…もちろん最高! 一気に食べたら皆すいかになっちゃった。すいかの美味しさを色彩豊かな絵とリズムカルな言葉で表現しています。

はぐっとセミナー「幼稚園選び」

先輩ママ・パパたちの経験談や保育コンシェルジュの方をお招きして、幼稚園の特色や助成金に関するお話などをうかがえます。最新情報を知り、幼稚園選びの参考にしてください。

- 1 日時 9月8日(月)10:00~11:30
- 2 対象 幼稚園入所を考えている方
- 3 会場 「はぐ」ひがし ひろば室
- 4 内容 幼稚園選びについて
- 5 講師 先輩ママ・保育支援課 保育コンシェルジュさん

ちよこつと食育 8月旬の魚「秋刀魚」

秋刀魚は、夏から秋にかけてが旬です。日本で食べられている秋刀魚は全て国産、100%天然です。買ってきたら直ぐに塩をふっておくと日持ちと味がよくなるそうです。



はぐっとセミナー「食育講座」

暑くなり、お子さんの食欲が落ちていませんか? 今月は、公立保育所栄養士による食育講座を開催します。夏のおすすめレシピもご紹介いたします。

- 1 日時 8月20日(水)15:00~15:30
- 2 会場 「はぐ」ひがし ひろば室
- 3 内容 夏の食事について
- 4 講師 東保育所 栄養士 ※離乳食の相談もできます。

おたんじょうびおめでとう

お誕生月のお子さんに手作りの誕生日カードをさしあげています。身長体重測定も行っています。受付でお知らせください。



公立保育所の給食レシピ:夏の献立より

【枝豆コーンしらすごはん】

材料:お米2合 ホールコーン100g
 枝豆 100g しらす干し 20g 塩小さじ 1/2
 作り方:①枝豆は茹でて、さやから出す。
 ②お米をといで、ホールコーンしらす、塩を入れて炊く。
 ③炊き上がったご飯に枝豆を入れて混ぜたら出来上がり。



『ひーかーぶー』のお知らせ

0歳対象の赤ちゃんひろばです。ふれあい遊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♪(全2回参加をするひろばです。)

- ★日 時 9月2日・9日(火)14:00~15:30
- ★会場 「はぐ」ひがしひろば室
- ★対象 令和6年10月~令和7年6月生まれ
- ★予約 LINE で予約受付中です。

にこにこコラム「余裕をもって育児がしたい・・・」

育児が明けて職場復帰をしたママから「保育所へ迎えに行き帰宅をすると18時を過ぎてしまうので、夕食、風呂、後片付けと子どもたちを寝かしつけるまで限られた時間しかなく、どうしてもイライラしてしまい上の子にあたってしまいます。もっと余裕をもって子育てをしたいのですが、どうしたらいい?」という相談がありました。保育所に2人のお子さんをお迎えに行き、限られた時間の中で家事・育児をするのはとても大変なことです。イライラするのは当たり前です。上の子にあたってしまうとのことですが、「上の子にはもうこれくらいのことはしてほしいな。」という期待の気持ちがあるため、イライラしてしまうのではないのでしょうか。

しかし、別の考え方をすると、「この世に生まれてまだ4年(仮に4歳児だとしたら)しか生きていないのだから、できないことはできないよね。」という風に思えばあげたらどうでしょう。下のお子さんに手が届くうちは、どうしても、上のお子さんに我慢させることも多くなりますので、自分がママに大事にされているという感覚を感じられるような言葉を伝えていくことが大事です。たとえば、今度休日にどこかに遊びに行こうかということになったときは、上の子に意見を聞いて「そうしたいのなら、そうしようか。」と意見を尊重してあげたり、下の子をパパに預けて、2人だけの時間を作ってみたりすると子どもの良い面が再認識されます。

兄弟の子育てって本当に大変ですね。家族以外にも保育所の先生や学校の先生など子どもに密に関わってくれる様々な大人がいるので、その中に愛情をもって接してくれる人もいます。これって大事なことだと思います。また、ママ自身が土日などに体を動かしたり、好きなものを食べに行ったりしてストレスを分散できる何かを見つけることもお勧めします。心を元気にして、ママが笑顔で子育てができるよう応援しています。

9月「はぐ」ひがし子育て講座日程

【はぐっとセミナー】島さんの絵本講座

9/11(木)10:00~ 午前の部のみ
 会場 「はぐ」ひがしひろば室
 内容 絵本で子育て -読み聞かせ 他
 講師 島 桜 さん

【出張子育て講座】おはなし夢くらぶ

9/19(金)10:00~ 午前の部のみ
 会場 押立文化センター 遊戯室
 内容 親子触れ合い遊び
 講師 おはなし夢くらぶ 須山さん

【「はぐ」子育て講座】

9/25(木) 10:00頃~
 14:00頃~
 会場 「はぐ」ひがしひろば室
 内容 お買い物ごっこ

