

「はぐ」ひがし 2月 イベントカレンダー



寒さ厳しい日が続いていますが、暦の上では春を迎えました。冷たい風の中にも少しずつ季節の移ろいを感じる頃ですね。

乳幼児期の子どもは寒さや乾燥の影響を受けやすく体調の変化だけでなく気分が不安定になったり、甘えが強くなったりすることもあります。「いつもよりぐずるな。」「なかなか外に出られなくて大変。」「なことがあっても、この時期ならではの自然な姿だと思って、どうか自分を責めず子育てを頑張っている自分を労ってくださいね。

2月も親子で楽しめる遊びや、ほっと一息つける時間を大切にしながら、皆様のお越しをお待ちしております。気分転換に「はぐ」に遊びにきてください。

出張子育てひろば

「ブックトイ」の理学療法士による講座です。

スキンシップ(ベビーマッサージ)や体操、体幹を鍛える運動と個別相談を行います。

日時 令和8年2月17日(火)

10:00~11:30

場所 白糸台文化センター1階遊戯室

講師 小泉さん

対象 歩行前の乳児とその保護者

※予約受付中

府中市子育てひろば アンケートについて

日頃より地域子育て支援センター「はぐ」及び子育てひろばの運営にご理解とご協力をいただき、ありがとうございます。

利用者みなさまにとって、より良いひろばにするため、アンケートを実施します。皆さまの声を今後の運営に活かしてまいりますので、ご協力をよろしくお願いいたします。
※アンケートは2月2日(月)に配信します。回答期限は1週間です。

子育て相談を受け付けています。

月曜日~金曜日

9:30~16:00

子育てで心配なこと、離乳食の事、健康面の事、何でも気軽に相談してください。電話相談も受付しています。

042-362-5200

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。

職員と当日参加したお友達と一緒に歌のプレゼントもいたします。



こんなひろばがあったらいいな。



2月のクイズ

2月にちなんだクイズです。わかりますか？

第1問 うるう年の「2月29日」に誕生日の人は、法律上年齢が1つ増えるのは、いつと定められているでしょうか？

- ①2月28日 ②3月1日
- ③誕生日が存在しないので年齢は数えない

第2問 節分は2月3日のイメージがありますが、毎年同じ日とは限りません。では、節分の日付が決まる基準は何？

- ①太陽暦と月暦のずれを調整しているから
- ②立春の日付が年によって変わるから
- ③旧正月に合わせているから

第3問 2月は「逃げる」と言われていますが、この言葉の本来の理由はどれでしょうか？

- ①寒さで人が外に出ないから
- ②行事が多く日数が短いため時間が過ぎるのが早く感じる
- ③昔の農作業が忙しかった

クイズの答えは裏面を見てね。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	ポップコーン 押立文化センター 10:00~11:30	園庭開放 10:30~12:00	ポップコーン 是政文化センター 10:00~11:30		園庭開放 10:30~12:00 ポップコーン 白糸台文化センター 10:00~11:30	
8	9	10	11	12	13	14
	ポップコーン 押立文化センター 10:00~11:30	園庭開放 10:30~12:00 	建国記念の日		園庭開放 10:30~12:00	
15	16	17	18	19	20	21
ポップコーン ・パパ 10:00~11:30 東保育所		園庭開放 10:30~12:00 出張子育てひろば 「ブックトイ」 白糸台文化センター 10:00~11:30	ポップコーン 是政文化センター 10:00~11:30	ぴーかーばー 14:00~15:30 	園庭開放 10:30~12:00 ポップコーン 白糸台文化センター 10:00~11:30	
22	23	24	25	26	27	28
ポップコーン ・パパ 10:00~11:30 小柳保育所	天皇誕生日	園庭開放 10:30~12:00 	ポップコーン 是政文化センター 10:00~11:30	ぴーかーばー 14:00~15:30	園庭開放 10:30~12:00 	

旬の野菜を使ったレシピ「ブロッコリーの味噌サラダ」

【材料】(大人4人分) ブロッコリー 1個
 もやし 1/2袋 えのきだけ 1/2袋
 ★味噌 大さじ1 砂糖 小さじ2 酢 小さじ2
 サラダ油 大さじ1 白すりごま 大さじ1



【作り方】

- ① ブロッコリー、もやしは食べやすい大きさに、えのきは2cm幅くらいに切る。
- ② ①の野菜をそれぞれ適当な硬さに茹で、ザルにあげて水で冷やし、しっかり水気を切っておく。
- ③ ★の調味料をよく混ぜ合わせる。②の野菜と★調味料を和えれば出来上がり。

【ブロッコリーについて】

ブロッコリーにはビタミンやミネラル、糖尿病予防の効果があるクロムや血圧を下げるカリウムなどが含まれ栄養豊富です。ブロッコリーの緑のモコモコはつぼみの集合体です。

親子で楽しめる絵本の紹介(冬)



「ないしょでんしゃ」
 ひさかたチャイルド 薫くみこ/作
 かとうようこ/絵
 「もりのてつどう」は冬の間、雪がとけるまではおやすみです。大掃除を終えた駅長さんがほっと一息ついていると、ゴトン、ナイショ、ゴトンナイショ…。聞きなれない音を出しながら赤い電車がゆっくり走り出しました…。一体だれが運転しているのでしょうか？

2月のクイズのこたえ

- 1 ②3月1日です。日本の法律では、誕生日の前日の24時に年齢が加算されます。2月29日生まれの場合、平年では3月1日が該当します。
- 2 ②立春の前日…節分は暦の上での「季節の変わり目」を示す日です。立春がずれるため、節分も2月2日や4日になる年があります。
- 3 ②「1月は行く」「2月は逃げる」「3月は去る」は年度末に向けて行事が集中し、体的的に時間が早く過ぎることを表した言葉です。

ポッポコーン・パパ

日時 2月15日(日) 東保育所
 2月22日(日) 小柳保育所
 10:00~11:30

会場 各保育所 1階 遊戯室
 内容 寒い冬、東保育所では、身体をたくさん動かして遊びます。筋肉自慢のパパ、そして運動不足のパパもぜひ遊びにきてください。小柳保育所での内容はお楽しみ…です。ぜひ遊びにきてください。



園庭開放に遊びに来ませんか？

寒い日が続きますが、暖かい時間帯に公立保育所の園庭で一緒に遊びましょう。外に出て遊ぶと、お子さんも気分転換になります。

東保育所・小柳保育所は、毎週火曜日、金曜日の午前10時30分~正午の時間帯を開放しています。

予約は不要ですので、お子さんの体調の良いときにご利用ください。



手先指先の遊びの紹介「小麦粉粘土」

小麦粉粘土の柔らかな感触や手指を通して伝わる刺激があそびの世界を広げてくれます。外に出られない日にお家で楽しんでみてください。

【小麦粉粘土の材料】

小麦粉 100g 水50~100cc 塩 少々
 サラダ油 少々

【作り方】

- ① ボールに小麦粉と塩を少々入れて混ぜます。塩は小麦粉が傷むのを防ぎます。
- ② 次に水を入れ耳たぶくらいの柔らかさになるまでよく混ぜます。
- ③ 一塊になったら、サラダ油を入れてよくこねます。この時に粉っぽかったら水を足してください。

こねたり、ちぎったりして楽しんでください。



節分の由来

節分はもともとは「季節を分ける」という意味で、立春、立夏、立秋、立冬のそれぞれ前日を指して節分と呼んでいます。煎った大豆(福豆)をまき、季節の変わり目に生まれる邪気をはらいます。

大豆はのどに詰まりやすく乳幼児には危険なため、保育所では豆の代わりに柔らかいボールなどで代用して豆まきを行います。



3月子育て講座のお知らせ

【はぐっとセミナー:手作り絵本】

毎年大人気の手作り絵本講座です。パパ・ママとお子さんの思い出に手作りの絵本を作りませんか？宝物が一つ増えます。

日時 3月5日(木)
 10:00~
 14:00~

場所 「はぐ」ひろば室
 内容 手作り絵本
 講師 孫田 純子 先生

【はぐ子育て講座】

今年度最後の子育て講座です。今まで「はぐ」をご利用くださった保護者の皆様とお子さんに向けたお楽しみ会を開催します。職員の出し物など皆さんを楽しませるプログラムを考えています。ぜひご参加ください。

★日 時 3月19日(木)
 10:00~
 14:00~

★会 場 「はぐ」ひろば室
 ★内 容 お別れお楽しみ会
 職員による出し物 他

にこにこコラム「ちゃんとしなきゃ」が増える2月だけど…

2月になると「もうすぐ年度末」「春から新しい生活が始まる」という言葉を耳にする機会が増えます。保育所や幼稚園の入園に向けて、我が子のできていない部分が心配で、周りの子どもたちの成長とくらべてしまい「うちの子は大丈夫かな?」「まだ紙パンツが外せない。」など心がそわそわしてしまう時期でもあります。

また、春からの仕事復帰の準備と重なり、朝の支度に時間がかかったり、いつもより甘えが強くなったり、ちょっとしたことで泣いたり怒ったりする姿を見ると「ちゃんとしてほしい。」「どうしてできないの?」「何回言ったらわかるの?」とイライラしてしまうという相談も受けました。

でもね…保育所の子も「はぐ」に遊びに来る子ども、どの子ども自分のペースで一先懸命育っています。できることが増えたり、少し後戻りしたりして、繰り返しながら心も身体も大きく成長しています。大人の目には「足りない。」と感じることも、子どもにとっては毎日の繰り返しや後戻りも大切な過程であり、その子なりの歩みなのです。

「ちゃんとさせなきゃ。」と思う気持ちは、それだけ我が子を愛し、大切に思っている証。我が子に対する期待や愛情が強くなりすぎると、知らず知らずのうちに自分を追い込んでしまうので「また怒ってしまった。」と心が折れることもありますよね。子育てに正解はありませんので、反省する日があっても落ち込む必要はありません。毎日、必死で子どもと向き合っているからこそ、そう感じるのです。「今日はこれでよし。」と小さな区切りをつけるだけでも心が少し軽くなります。そして、一日子どもと向き合った自分を沢山ほめてください。(周りにほめてくれる人がいないときは特に自分を大事にしてください。)子どもが寝た後に「美味しいチョコレートをこっそり食べた。」「溜めておいた韓流ドラマを一気見した。」など子育てをしている自分へのご褒美の時間をつくるのも良いですね。

今の時期は春に向かう途中の立ち止まりの季節です。無理に前へ進もうとせず、親子の時間を大切にしながら、少し心を緩めて過ごしてみてください。その積み重ねが次への一歩につながると信じて…。

子育てひろば・子育て講座の予約は各日程の30日前からLINEで受付しています。

