

「はぐ」ひがし 9月号

パリオリンピックでは、セーヌ川での開会式や日本の選手の活躍、輝く汗、きれいな涙に感動をもらった方も多いのではないのでしょうか。夢中でテレビ観戦をするうちに夜更かしをしてしまい、寝不足だという話を「はぐ」のひろば室で耳にしました。バレーボール、柔道、フェンシング・・・などなど小さな赤ちゃんを抱きながら、「将来何かスポーツをして欲しいな。」と未来のアスリート？に声をかけるママたちをほほえましく思います。

まだまだ残暑厳しい毎日ですが、夕方ふと耳を澄ますと秋の虫の音が聞こえるようになりましたね。保育所の庭では子どもたちが植えた野菜の苗がぐんぐん育ち収穫を心待ちにしたり、かけっこなど身体を動かして遊んだりしています。秋は戸外遊びに最適な季節です。木陰で虫探しや砂遊び、ボール遊びやすべり台など園庭開放と一緒に遊びましょう。

あかちゃんひろば「ひーかーぶー」

0歳児対象の2回連続の子育てひろばです。

日時 9月17日(火) 24日(火)
14:00~15:30

対象 令和5年10月~
令和6年6月生まれの
お子さんとその保護者
※予約受付中!



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。

「はぐ」ひがし問合せ

府中市若松町3-21-4
Tel: 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

【9月のクイズ】

9月に関するクイズです。
わかりますか?

第1問 ぶどうの表面には白い粉がついていますが、この粉は何でしょう?
①農薬が残ったもの
②ブドウ自身が作った身を守る粉
③腐らないようにお店でつけている粉

第2問 この中で本当にある柿の種類はどれ?
①次郎 ②三郎 ③四郎

第3問 しらすは何の魚の赤ちゃんでしょう?
①いわし ②さんま ③あじ

第4問 梨の品種の名まえにあるものはどれ?
①元気 ②にっこり ③ハッピー

第5問 鮭が卵を産みに行くときに海から川へ移動します。どのような川へ移動するのでしょうか?
①流れが速い川 ②水がきれいな川 ③自分が生まれた川

第6問 舞茸はどうして舞うという字が使われているのでしょうか?
①踊りたくなる美味しさだから ②見つけたら踊りたくなるくらい嬉しいから ③周りに良い香りが舞うから

クイズの答えは裏面を見てね

【9月の予定】

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 10:00~11:15	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	はぐフェスティバル 午前の部 11時~ 午後の部 14時~ 子ども家庭支援センター「たっち」 *予約不要	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	
8	9	10	11	12	13	14
	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 はぐとセミナー 「幼稚園選びについて」 10:00~ 保育ツタイルぐ	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 出張子育てひろば 「親子ではぐはぐスリッパ体操」 10:00~	
15	16	17	18	19	20	21
ポップコーン ・パパ 10:00~ 11:15 東保育所	敬老の日	園庭開放 11:00~12:00 赤ちゃんひろば 「ひーかーぶー」 14:00~	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 ポップコーン 白糸台文化センター 10:00~11:15	
22	23	24	25	26	27	28
ポップコーン ・パパ 10:00~ 11:15 小柳保育所	振替休日	園庭開放 11:00~12:00 赤ちゃんひろば 「ひーかーぶー」 14:00~	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 子育てひろばのわ 10:30~15:30 ルミエール府中	
29	30					
						

子育て相談を受付けています。
月曜日~金曜日 9:30~16:00
子育てで心配なこと、離乳食、健康面のことなど何でも気軽に相談してください。



秋にお勧めの絵本の紹介

「どんぐりころちゃん」

作：みなみじゅんこ
 出版社：アリス館
 かわいくて楽しい「どんぐりころちゃん」と森のどんぐりたちといっしょに歌って読んで、わらべうたとしても、絵本の読み聞かせとしても楽しめます。
 可愛いどんぐりたち、保育園でもお気に入りの一冊です。

保育所の給食レシピの紹介

【さつま芋とじゃこのご飯】

(材料) 米2合 さつま芋100g
 塩 小さじ1/2 醤油 小さじ1
 ちりめんじゃこ 大さじ2



(作り方)

- ① さつま芋1cm角程度に切って水にさらす。
- ② 米を研いでさつま芋、調味料を入れて、炊く。
- ③ 炊けたご飯にちりめんじゃこを混ぜて出来上がり。

※さつま芋はビタミン、食物繊維が豊富です。ちりめんじゃこでカルシウムも一緒にとりましょう。

第15回 ひろげよう！子育てひろばの「わ」

日時 令和6年9月27日(金)
 10:30~15:30
 場所 ルミエール府中
 内容 親子で楽しめる体験ひろばや展示・イベント、保育コンシェルジュによる個別相談有り
 主催 ふちゅう子育て応援団連絡会「子育て会議」
 ※入場無料、入退場自由(「はぐ」のブースもあります！遊びにきてね！(手形足形スタンプです)
 ※要予約のひろばもあります。詳細は府中市ホームページをご覧ください。

【はぐっとセミナー】

令和6年9月10日(火)
 午前10時~
 内容「幼稚園選びについて」
 ゲスト 保育コンシェルジュ月岡さん
 幼稚園ママ
 ※LINE 予約受付中。

【出張子育てひろば】

令和6年9月13(金) 10:00
 場所 紅葉丘文化センター
 内容 「親子ではぐくスキップ 体操」理学療法士 小泉さん
 対象 歩行前、または歩行が未完成の乳児とその保護者
 ※LINE 予約受付中。

第44回 福祉まつり(あつたか府中ささえあいまつり)

日時 令和6年10月6日(日) 10:00~16:00
 場所 けやき並木通り・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
 ※子育て支援センター「はぐ」も福祉まつりに参加します！ぜひ遊びにきてくださいね！

9/5 (木)
 はぐフェス「たっち」

子ども家庭支援センター「たっち」にて『はぐフェスティバル』を開催します。
 【午前の部】11時~12時 【午後の部】2時~3時
 ※開始5分前にはお集まりください。
 【会場】 子ども家庭支援センター「たっち 交流ひろば」
 【対象】 0歳~就学前のお子さんとその保護者
 【参加方法】 直接会場へお越しください。予約不要です。
 参加される方は「たっちパス」(登録証)をご持参ください。



にこにこコラム「あ~しんど」

「私が母親として頑張らなくっちゃ。」「子どものことは全部私がやらなくては。」と誰にも弱音がはけず苦しいときってありませんか？ ママ友にも言えない、旦那さんは帰宅が遅い、保育所や幼稚園の先生にも言えない・・・。プレッシャーを抱えて一人で奮闘しているママにたくさん出会います。でも「誰にも頼りにできない。」と思ったとき、思い出してください。自分の子どもがいることを。自分の子どもに弱音を吐くんです。「あ~しんどい。」「疲れた。」「もう、いや。」「今、お母さん困っているの。立ち止まっているの。」って吐き出せばいいんです。「ね~どうしたらいいかわからなくなっちゃった。」「教えて。」って子どもに相談してみると、乳児でも大好きなママの表情や言葉がわかるので、何となく察してくれますし、小学生になるとスーパーマンに変身します。

そうすると、子どもも自分がしんどい時に弱音を吐いてくれるようになります。そんな時は、親も子ども互いに受け止め合えば良いと思います。これって最高の関係性ではないでしょうか？ そして、お子さんがとことん悩んでいるとき、困っているときは「そばにいるよ。」と言ってあげてくださいね。親子の関係性は信頼の積み重ねでできているのだと思うからです。
 「はぐ」が多くのママたちの心のよりどころ、実家のような存在であればいいなと思いつつ日々出会うママと接しています。だから子育てで辛い時、「しんどい。」「疲れた。」って言ってください。心に溜まっているものを吐き出すと、ちょっと気持ちが楽になりますよ。

10月子育て講座日程のお知らせ

- 【はぐっとセミナー①】
 10/10(木) 食育講座
 「食器・箸・スプーンなど食具の選び方」
 「秋のレシピの紹介」15:00~
 講師 東保育所 栄養士
- 【はぐっとセミナー②】
 10/22(火)
 「手作りおもちゃ講座」
 講師：ブックトイ 森さん
 午前の部のみ 10:00~
- 【はぐ子育て講座】
 10/30(水) 31(木)
 午前の部 10:00~
 午後の部 14:00~
 内容 運動会ごっこ
 みんなで身体を動かして遊びましょう。

「はぐ」ひがし問合せ
 府中市若松町3-21-4
 TEL: 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

