



みなさん、いかがお過ごしですか？4月から子育て支援センターの担当が変わり、お家の方やお友だちにお会いできることを楽しみにしていましたが…コロナウイルス感染症がなかなか終息せず、4月は活動ができずにとっても残念に思います。5月こそは、お家の方やお友だちとお会いできることを！そして楽しい活動ができることを！願っている新担当の2人です。

春らしい暖かい日が増えてきて、希望園のお友だちは毎日園庭で元気いっぱい遊んでいます。ポカポカお天気の日が多いとなんだか気持ちも晴れやかになりますよね。今月は子育て支援センターの活動報告はできませんが、お家時間の参考になる情報を紹介していきたいと思います。また、今月から希望園の外の掲示板に親子で一緒に楽しめる製作キットを用意しています。平日の10時～16時、お天気の良い日に準備していますので、ぜひお散歩のついでに持ち帰って、お家で楽しんでくださいね！

みなさんも体調管理には十分に気を付けながら、元気に過ごしていきましょう！

齋藤・阿部



* * 親子で楽しめる触れ合い遊び * *

「キャベツはキャッ」で遊ぼう

①トマトは トントントン



両手をグーにして、上下に打ち合わせます。

②にんじん ニンニン



両手の入さし指を立てて忍痛のポーズをし、手を上下に動かします。

③ピーマン ピーピーピー



泣くまねをします。

④かぼちゃは チャチャチャ



手をたたきます。

⑤も・や・し・は〜 モジャモジャモジャ〜



子どもをくすぐります。

布を使って「はるかせピュー」

はーるかせ はーるかせ はーるかせたら (はーるかせが)



ハンカチを子どもの目の高さで横に揺らします。3番は「はーるかせが」とうたいます。

②フ〜フフフ(1番)



やってきた(3番)



ハンカチを子どもにかぶせます。子どもがハンカチをとったら、いっしょに「いたー!」と喜び合しましょう。

ぴゅー(2番)



ハンカチを勢よく飛ばすように後ろへ隠します。



??親子でどう関わっていますか??

家事や育児、お仕事で忙しい日々だと思いますが、普段お子さんとどのように関わっていますか?? 子ども達にとって、大好きなお家の方との時間は幸せでとても大切なものです。お子さんが発信したサインを見逃さず、目と目を合わせて、肌と肌を触れ合って関わることの積み重ねが将来の親子関係・人間関係にもつながってきます。大好きな人に愛されているという実感が愛を育て、生きる意欲にもつながります。

沢山沢山抱きしめてあげてください。とは言っても、なかなかお出掛け等ができない中、お子さんとお家にはばかりいると息抜きの仕方がわからなくなってしまうたり、息詰まってしまうこともありますよね。以前のように気軽に人と会うのが難しい時代ですが、子育てが大変な時は1人で抱えず、周りに助けを求めましょう! 子育て支援センターでも、活動がない時も、園庭開放やお電話でいつでもお待ちしております。



子ども達はもちろん、先生達にも人気メニューです！お家メニューにぜひいかがですか？

夕やけどはん

〈みんながたくさんおかわりするメニュー〉

★材料4人分★

- ・ごはん…4膳 ・人参…1/4本 ・しらす干し…40g
- ・ごま油…小さじ2 ・しょうゆ…大さじ1
- ・白いりごま…小さじ2

- ① 人参をみじん切りにする
- ② フライパンにごま油を熱し、しらす干しをカリカリになるまで炒める。
- ③ 人参を加えて火が通るまで炒め、しょうゆ、白いりごまを加える。
- ④ ご飯に混ぜたらできあがり！

かみかみサラダ

〈たくさん噛んで、身体にも良い、人気メニュー〉

★材料4人分★

- ・切り干し大根(乾燥)…15g ・刻み昆布(乾燥)…10g
- ・人参…1/4本 ・きゅうり…1/2本
- ◎砂糖…小さじ1 しょうゆ…小さじ2 酢…大さじ1/2
- ごま油…少々 白いりごま…小さじ1

- ① 切り干し大根と刻み昆布は、水で戻してざく切りにして茹でる。人参は皮をむき、千切りにして茹でる。きゅうりも千切りにする。茹でたものは水で冷まし、水気を切っておく。
- ② ◎の材料を合わせておく。
- ③ ①を②で和えたらできあがり！

5月の予定



コロナウイルス感染症のため、5月5日まで子育て支援センターの活動がお休みとなります。5月6日以降から活動再開予定ですが、状況に応じて、活動予定が変更になることもあります。随時、ホームページ等でお知らせしていきますので、よろしくお願いいたします。

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6 受付開始	7	8
9	10	11	12	13 ちびっこ クラブ	14 あかちゃん タイム	15
16	17	18 原町 子育てサロン	19 子育てサロン つるがや	20	21 あんよ サークル	22
23	24 くれよん サークル	25 ラブリーデー	26	27	28	29
30	31					

★ラブリーデー★

*体操や触れ合い遊び、お楽しみ、製作等、親子で一緒に楽しい時間を過ごしましょう♪

対象 : 0歳～6歳のお友だち対象
9～10組限定

日時 : 5月25日(火) 10:00～

場所 : 鶴ヶ谷希望園ホール

参加費 : 無料 駐車場 : あり

5/6より受付開始します

★あかちゃんタイム★

*親子一緒にお部屋で遊んだり、簡単な製作もします。お母さん同士で情報交換したり、おしゃべりしたり、ゆったり過ごしています。

対象 : 令和2年4月生まれ以降のお友だち対象
5組限定(先着順)

日時 : 5月14日(金) 10:00～11:00

場所 : 鶴ヶ谷希望園 つくし組

参加費 : 無料 駐車場 : あり

5/6より受付開始します

★園庭開放★

遊び場がなくてお困りではありませんか？

在園児との接触がない時間ではありますが、園庭は開放していますので、ぜひ遊びにきてください。

開放日 : 月曜日～金曜日

時間 : 12:00～15:00

事前に電話でお問い合わせください

★栄養士さんのミニ講座★

コロナウイルス感染症のため料理教室の開催が出来ないので、昨年に引き続き栄養士さんの講座を開催します。日頃気になっている食事のこと、気軽におしゃべりしませんか？今後開催予定なので、ぜひお楽しみに！

鶴ヶ谷希望園 251-4654

育児相談ダイヤル 388-4088