



もっと地域に開かれた保育を願って

おひさま

ひまわり広報誌 245号 2022年 9月号 ひまわり保育園 所沢市中新井 435 Tel 04-2942-8774

こどものこと何でも相談

Tel 04-2942-8774

月～金 10時～4時

メール ohisama@himawari-hoikuen.com

URL http://www.himawari-hoikuen.com/

ひまわり保育園

ディサービスセンターひまわり ● ● とめの里
中新井自治会館くりの木公園 ● ●

「ニュータウン西」バス通り 「ニュータウン中央」バス停

夏の疲れを癒しましょう♪♪



外に出れば、まだまだ汗ばむ季節ではありますが、朝晩の風が涼しくなり、秋の訪れを感じます。

ひまわりの園庭では、赤とんぼが飛びまわり、一緒になって子ども達も元気に走っています。

今年の夏も猛暑とコロナと心配が尽きない夏でした。夏の暑さが一段落した後は、また少しずつ外に出て思い切り体を動かせる日も増えるのではないのでしょうか。9月からあそぼう会や紙しばい屋さんも再開します。また皆さんにお会いできる日を楽しみにしています。

夏の間は猛暑が続き、冷房の効いた部屋にいる事がとても多かったと思います。そして今もまだ日中は冷房が必要な時間も多いですね。暑さ対策の為には必要な冷房ですが、屋外の暑さと室内の冷氣。屋外と室内の温度変化の差が大きくなると、自律神経の乱れが起き、体の中で、体温調節が難しくなることもあります。私たちの体は、「汗」をかくことで体内の熱を逃して調節しています。汗をかく事もとても大切なんですね。気温が落ち着き、外で遊べる日も増えてきます。たくさん遊んで汗をかくて汗腺(汗を分泌する腺)の機能の発達も促しましょう。

又、まだまだ暑い日が続いていますので、冷たい飲み物やさっぱり、あっさりした食べ物も食べたくなるかもしれません。時にはそのような食事を取り入れながら、温かく火が通った具だくさんのスープやみそ汁が夏の疲れには簡単でエネルギーたっぷり!お勧めです。

最後に、消耗した体力や疲れを癒すためにはやっぱりお風呂!暑いとシャワーで済ませがちですし、小さなお子さんとお風呂は慌ただしいと思いますが、できる時には、ぬるめの湯舟にゆったりとつかってお休みください。今年の中秋の名月は9月10日。一年で一番お月様が綺麗に見える時です。お風呂に入り、綺麗なお月様を見上げ、親子でリラックスしてみましょう。

お風呂でわらべうた♪♪



お子さんを膝にのせて歌いながら、ゆったりと上下や左右に「どんぶかっか」と動きます。

どんぶかっか♪♪



あそぼう会や紙しばい屋さんで、一緒にやってみましょうね♪♪

おでこさんをまいて♪♪



①おでこさんをまいて
★額をめぐう



⑤おいけをまわって
★口のまわりをめぐる



②めぐろさんをまいて
★目の周りをめぐる



⑥すっかりきれいになります
★顔のまわりをめぐる



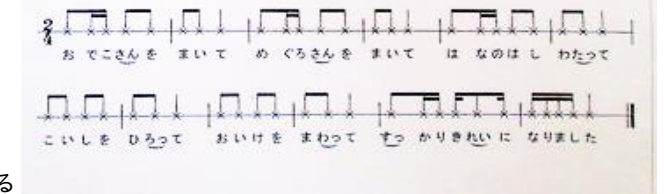
③はなのはしわたって
★鼻筋を上から下へなでる



⑦た
★頭に優しくてをあてる



④こいしをひろって
★鼻の穴を右、左、右、左と軽く触れる

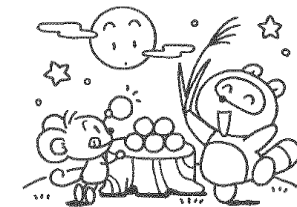


元気に来てね!
体調がいつもと違う時や、
発熱、風邪症状がある時は
お家で安静にしましょう。

♪9月のあそぼう会♪

富士見公園の原っぱで遊びましょう!暑い夏が過ぎ、富士見公園の自然はどうなっているのでしょうか。探検、探索を親子で、お友達と楽しみましょう。季節の歌や親子で触れ合い遊びも行います。又、今回は「靴の選び方」のお話もさせていただきます。

予約はいりません。どなたでもお越し下さい。



★0歳児 (R3.4以降生まれのお子さん)

9/14(水) 10:00~11:00頃まで

★1歳児 (R2.4~R3.3生まれのお子さん)

9/15(木) 10:00~11:00頃まで

★2歳児 (H31.4~R2.3生まれのお子さん)

9/13(火) 10:00~11:00頃まで

※富士見公園の原っぱに集合です。

※お子さんも大人の方も動きやすく、汚れても良い服装でお越し下さい。

※雨天の場合は中止です。

※状況により予定が変更となる場合は、HPにてお知らせします。

♪離乳食講習会 ～初期・中期～♪

9/28(水) 10:00～11:30頃まで ひまわり保育園子育て支援室「ひろば」にて行います。

- ・かたさや味付け、これでいいの？
- ・今まで食べていたのに急に食べなくなった…なぜ!?
- ・こんなに食べて大丈夫?こんなに食べなくて大丈夫?
- ・手づかみで食べてもいいの?
- ・どうしたら次の段階に進めるの?? などなど..



離乳食には悩みはつきもの。皆さんでお話しながら、実際に調理を見たり食べてみたりしながら楽しく学びましょう。

※3組程度募集です。予約をお願い致します。(電話:2942-8774 月～金 9:30～15:00)
※予約の際に、現在の離乳食の状況や聞いてみたい事があれば教えてください。

♪富士見公園 紙しばい屋さん♪

日時:毎週金曜日 10:00～11:00頃

※富士見公園 所沢市中新井3-23
ニュータウン通り沿いの交番の向かい側です。

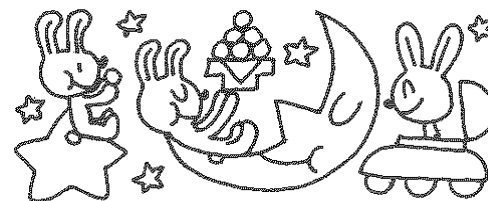
場所が分からない方は、9:40にひまわり保育園にお越し下さい。
一緒に行きましょう。雨天の場合は中止です。
※状況により予定が変更となる場合は、HPにてお知らせします。



♪9月のお誕生会♪



9/29(木) 10:00～11:00頃
子育て支援室「ひろば」でお誕生日カード作り
や身体測定をしましょう。
その後はお誕生日の絵本を見たり、生まれた時
の話をしたりしてお祝いしましょう!!予約はいり
ませんのでどなたでもお越しください。
今まで参加できなかった方も是非どうぞ!



♪園庭・室内開放のご案内♪

月～金曜日 子育て支援室「ひろば」室内開放 9:00～12:00・14:30～16:30
園庭開放 10:30～12:00・14:30～15:30
土曜日 室内、園庭共に 9:00～14:00



※正面玄関のインターホンを押して頂き、遊びに来た旨をお伝えください。

その後、玄関右側の子育て支援室「ひろば」の入り口からお入り下さい。

※大人の方は入り口にありますアルコール消毒をお願い致します。

※ご家庭での検温をお願い致します。

※大人の方はマスクの着用をお願い致します。

※お食事はご遠慮ください。

※帰宅後に具合が悪くなったり体調に変化があった場合は、園にご連絡下さい。



入り口に屋根が付いて
雨の日も安心♪♪



お部屋がちょっぴり
変わりました!

♪9月の予定♪

1	木	
2	金	紙しばい屋さん 富士見公園
3	土	
4	日	
5	月	
6	火	★おひさまグループ0歳児 富士見公園
7	水	★おひさまグループ1歳児 富士見公園
8	木	★おひさまグループ2歳児 富士見公園
9	金	紙しばい屋さん 富士見公園
10	土	
11	日	
12	月	
13	火	あそぼう会2歳児 富士見公園
14	水	あそぼう会0歳児 富士見公園
15	木	あそぼう会1歳児 富士見公園

16	金	紙しばい屋さん 富士見公園
17	土	
18	日	
19	月	敬老の日
20	火	★おひさまグループ0歳児 富士見公園
21	水	★おひさまグループ1歳児 富士見公園
22	木	★おひさまグループ2歳児 富士見公園
23	金	秋分の日
24	土	
25	日	
26	月	
27	火	並木公民館すくすく広場
28	水	★離乳食講習会 初期・中期
29	木	9月の誕生会
30	金	紙しばい屋さん 富士見公園

並木公民館に
予約をして下さい。

・状況により、予定の変更がある場合は、HPにてお知らせします。

・★マークは予約や登録が必要なものです。参加希望の方は、職員までお声がけ下さい。