

きのみ通信 7月号

本郷ゆうし保育園 子育てひろば
<https://www.higashihoikukai.or.jp/>

mail kosodate@hongouyuushi.ed.jp



令和 6.6.28 (金) 発行

稲城市東長沼 2115-2
TEL 042-401-6951
FAX 042-401-6952

7月の園庭開放は、

3日(水)、4日(木)、10日(水)、11日(木)、17日(水)、18日(木)、24日(水) 25日(木) 31日(水)です。
(暑すぎる日はお休みになる事もあります。) ※時間は、9:00~12:00です。(11:45には、お片付けを始めます。)

7月のとんぐりの会・くるみの会

園庭開放は、
予約はいりません。
どなたでもどうぞ。

【くるみの会】①

【日時】7月4日(木) 10:00~11:00

【内容】保育所体験 もりもりファームでじゃがいも掘り体験

【対象年齢】令和3年4月2日生まれからのお子さん

【定員】10組 ☆季節ならではの収穫体験が出来ます。汚れる可能性があるので汚れてもいい服でお越しください。

収穫したジャガイモ入れる袋と軍手をお持ちください。



【くるみの会】②

【日時】7月16日(火) 10:00~11:00

【内容】保育所体験 泥んこ遊び

【くるみの会】③

【日時】7月23日(火) 10:00~11:00

【内容】保育所体験 泥んこ遊び

【対象年齢】令和3年4月2日~

令和5年4月1日生まれのお子さん

【定員】10組

☆泥んこ遊びは汚れても良い服装でお越しください。帰りにシャワーも出来ますので、

タオルや着替えをお持ちください。

☆暑すぎる日には熱中症になってしまうので中止になる場合もあります。予約後当日お問い合わせください。

☆雨天は室内遊びになります。

【とんぐりの会】

【日時】7月30日(火) 10:00~11:00

【内容】保育所体験 泥んこ遊び

【対象年齢】令和5年4月2日生まれからのお子さん

【定員】10組



* ゆうしとあそぼ! *

7月10日(水) 本郷児童館にて

10:30~11:45 本郷ゆうし保育園の保育士が楽しい遊びをお届けします。是非、遊びにいらしてください。

つどいのご予約について

◎予約受付時間

*月~金曜日までの9:00~17:00

*毎月1日から前日の12:00までが受付になります。(1日が土日祝日の場合は、翌日又は月曜日よりになります。)

◎申し込み方法

電話又は、園庭開放にお越しの際にお申し込みください。

※ご予約は定員になり次第締め切らせていただきます。キャンセルの場合はお電話にてご連絡ください。

尚、一人で複数の方のご予約はご遠慮ください。

※兄弟、姉妹で参加ご希望の場合は、上のお子さんの年齢のつどいにご参加ください。尚、予約の際には、下のお子さんのお名前・生年月日もお知らせください。

※予約の際には、内容をご確認の上ご連絡ください。



栄養士より ぱくぱく・もぐもぐ 「野菜嫌い」への対応

育児の悩みのひとつにあげられる「野菜嫌い」。毎日の食事では、必要以上に不安に思ったり、「食べない」と決めつけることなく、子どもの様子に目を向けながら、おおらかな気持ちで対応しましょう。

～野菜を嫌がる原因と対策～

◆苦味・酸味が苦手

<原因>

人は本能で「苦味＝毒」、「酸味＝腐敗」と判断します。大人は経験によって安全であることを学習していますが、食経験の少ない子どもは、苦味や酸味を危険なものとして敬遠しがちです。

<対策>

調理の工夫で、子どもが苦手な味を軽減しましょう。

① 野菜のアクを減らす

→食経験の少ない子どもは、野菜のアクによる苦味やピリッとする刺激に対して敏感に反応します。野菜に合わせた下処理でしっかりとアクをぬきましょう。

(例)・ほうれん草はゆでてから水にさらす ・アクのある野菜は切って水にさらしてから切って下茹でしてから調理する(青菜類、なす等)・ごぼうやれんこんは調理する

②加熱をして苦味を減らす

→野菜の苦味や酸味は、加熱をすることでやわらぎます。特にたまねぎは加熱をすると辛味が甘味に変わるので、しっかりと加熱しましょう。



虫刺されを予防するには？

薄着での外出を避け、虫よけスプレーは必携

人を刺したり咬んだりする虫は、どこにでもいますが、特に草むらには多く生息しています。アウトドアでのレジャーや庭仕事の際は、薄着になりすぎず、ある程度皮膚を覆う服装を心がけましょう。特に夏は皮膚をさらしている面積が広いうえ、虫の活動は活発になります。草むらや山に出かけるときは、肌の露出した部分に虫が嫌う成分が配合された虫よけスプレーをつけておくといいでしょう。また、汗をかくと有効成分が流れて効果を発揮できませんので、虫よけスプレーを携帯しましょう。

ハチ対策は、洋服の色にもご用心

特に夏から秋はハチの活動が活発になる時期ですが、ハチやハチの巣に遭遇したら、なにはともあれ刺激しないことが大事です。あわてず静かにその場を離れます。スズメバチやミツバチなどは黒いものに寄ってくるといわれているので、野山に行くときは、黒や濃い色の服装は控えましょう。また、ハチはにおいのするものを攻撃する性質があるので、香水やおいの強い化粧品整髪料などの使用も避けてください。

[虫さされの予防 | くすりと健康の情報局 \(daichisankyo-hc.co.jp\)](http://daichisankyo-hc.co.jp)



☆育児相談を行っています☆

子育てについて、食事の事、健康の事、睡眠の事やお友達の事等、なんでもお気軽にご相談ください。園庭開放やつどいでもお話を伺いますが、電話によるご相談、また来園してのご相談もお受けしております。

月曜日から金曜日 9:00～16:00 TEL: 042-401-6951

～お知らせ～

8月の【園庭開放、くるみの会、どんぐりの会、ゆうしとあそぼ!】はお休みです。
9月の予定は8月の月末発行【きのみ通信】でお知らせします。