

十和田めぐみ保育園では、園の機能を地域に役立てるために、保育所地域子育て支援センター事業を実施しています。子育て中の皆さんの出会いの場と交流の場として活動しています。育児の不安や悩みを相談しあったり、リフレッシュできるような活動も取り入れています。是非ご利用下さい。

8 月



令和8年8月1日

社会福祉法人三徳会十和田めぐみ保育園

子育て支援センターエンゼルセンター長

エンゼルだより

今年も暑い夏ですね。日中は外にでるのもおっくうになる毎日だと思います。そんな日は、エンゼルに来て涼みながらおしゃべりしませんか。お子さんを持つお母さんたちとお話することで肩の力が抜けてほっとすることもありますよ。

さてエンゼルでは、毎月身体測定を行っています。子どもたちがどれ位大きくなったか測ります。お母さんたちにとってお子さんの成長は、楽しみですよね。機会がなくて測ることができないでいた方、エンゼルに来たことがない方、お気軽にご参加いただけますよ。

予定した日に来られなかった方でも、声をかけていただければいつでも測定できますよ。

*暑い日は、水遊びをしますのでお着替えやバスタオルなどご用意いただければと思います。

7月の活動の様子

●じゃが芋をほったよ。
春に植えたじゃがいもを収穫しました。「本当に、じゃがいもができていたの?」と不思議そうにするお母さんと子どもたちでした。

手で掘ってみると、ころころとじゃがいもが出てきて大喜び。かわいいじゃがいもが収穫できました。自分たちで収穫したので、いつもの何倍もおいしく食べられたようです。

●水遊びしました。

1人1個のタライに入って水遊びをしました。じょうろでシャワーにしたり、アヒル人形を浮かべてニッコリ笑顔を見せていました。終わった後には上がり湯をしてサッパリです。水分補給も忘れずにしていますよ。

水遊びの日はお昼寝もたっぷり眠れるようです。

毎日の予定の活動に加えて、水遊びができますので、お着替えなどの準備があると良いですね。



「ジャガイモほっています〜」

みずあそびだ〜いすき!



「いっしょにあそぼ〜よ」〜

●夏の感触遊びの紹介

暑い夏のひととき、涼しさを感じながら、グニュグニュ、ヌルヌル、ツルツルの感触と言葉のやり取りを一緒に楽しんでみましょう。

★寒天を作ってあそんでみましょう。

材料: 粉寒天5g 水 500ml 食紅少量、鍋、へら

作り方①鍋に水、粉寒天、食紅を入れて混ぜる。

② ①の鍋を中火にかけ、へらで混ぜながら溶かしていき、沸騰したら火を弱め、吹きこぼれない程度の火加減で約2分程煮立てる。

③ 火を止め、粗熱をとってからタッパーや牛乳パックなどの容器に流して固める。(常温でも固まるが、冷蔵庫に入れるとしっかり固まる)

遊び方: ・型抜きやまますの包丁で切ったりして、いろいろな形のカップにいれてごっこ遊びをする。

・いろいろな色でゼリーを作り、手でぐちゃぐちゃして混ぜながら色が変わっていく様子や手の感触を楽しむ。

・水のはいった洗面器やタライに氷と一緒にに入れて感触の違いを楽しむ。

※注意: 安全の為に、お子さんから目を離さず保護者と一緒に遊ぶようにしてくださいね。

〜相談コーナー〜「お菓子ばかりほしがるけれど、どうする?」

離乳食は食べてくれたのに、1才を過ぎたらご飯を嫌がるようになったという話をよく耳にします。暑い夏は特に食べたがらないようで、ついついお菓子をあげてしまうこともあるようです。お菓子は食べ過ぎると次の食事に影響するので、与える量と内容を調節しましょう。しかし子どもがいつもお菓子のある場所を知っていると、ご飯よりも先に自分で取り出すようにもなるので見つからないよう場所を変えたり、手の届かない場所におくのもポイントです。(買い置きしないのが良いのですが。)あくまでもおやつは補食として考えてあげると良いですね。

食事を嫌がる理由がなんなのか原因を探ってみるのも大事です。例えば食事前にミルクやジュースなど飲み過ぎていないかな? 早寝早起きはできているかな? 体をたくさん動かして遊んでいるかな? など生活を見直してみても良いでしょう。

*強い偏食がある場合は、保健師さんなどに相談してみましょう。



～ご利用について～



8月の予定

お子様の発達に合わせてサークルにご参加いただけます。利用料は無料です。講習会等で参加費を頂く場合があります。お電話でご予約をお願いいたします。

(見学は開所時間中であればいつでもどうぞ！9:00～14:00※活動で不在の場合もあります)

当日でも空きがあればご参加いただけますので、お気軽にお問い合わせください！

*月曜日・水曜日は【生後～1歳3ヶ月くらい】・・・ひよこサークル

*火曜日・金曜日は【1歳3ヶ月～3歳くらい】・・・かなりやサークル※現在ひよこ・かなりや一緒に活動しています

※キャンセルの場合もお手数ですがご連絡下さいますようよろしくお願いいたします。

【利用時間】9:00～14:30

予定の活動は10時くらいから始めたいと思います。午後は14:30まで開放しています。離乳食やお昼ご飯を持ち込んで食べることができます。

月	火	水	木	金	土
				7/31 開放	
3 開放	4	5	6	7	
10 開放	11 山の日	12 開放	13 お盆休み	14	15
17 開放日	18	19	20	21	
24 (ひよこ・かなりや) 太鼓で遊ぼう	25 (ひよこ・かなりや) 身体測定	26 (ひよこ・かなりや) 身体測定	27 (育児講座) 親子ヨガ	28 (ひよこ・かなりや) 太鼓で遊ぼう	
31 (ひよこ・かなりや) 誕生会					



～育児講座のご案内～

◆親子ヨガ講習会

○日時：8月27日(木)

10:00～11:00

親子で楽しみながらヨガで身体をほぐしましょう！

○講師：新山奈穂 先生

○対象：親子7組まで

○持ち物：汗拭きタオル、水分

ヨガマット

動きやすい服装

◆マタニティエンゼル

エンゼルのサークルにマタニティさんもお参加いただけます。先輩ママさんのお話を聞いたり、赤ちゃんも触れさせてもらったりと、これからご出産を迎えるお母さん方にとって良い機会になるのではないのでしょうか。ご都合が良いときにお気軽に遊びに来てみてください！

お問い合わせはエンゼルまで

TEL:0176-25-0441

◆開放日～遊びの場～

○日時：8月3日～7日、10日、12日、17日～21日

水遊びができるように準備しています。お着替えをお持ちいただければと思います。

また、お母さん方で企画して自由にサークル活動を行うこともできますので、お気軽にご相談ください！



◆南部地方の「かけ」の食べ方

7月の離乳食講座の時にリクエストがあった「かけ」の試食をしました。なかなか好評だったので、食べ方を紹介します。「かけ」は、「そばかけ」と「むぎかけ」があり四角い形で売っています。

(スーパーカケモに売っています)

【食べ方】四角で売っている「かけ」を三角に切って、野菜や豆腐と一緒にゆでてニンニク味噌やねぎ味噌をつけて食べます。ちゅるんとした食感が食欲をそそります。

*南部地方の郷土料理なので、一度召し上がってみてくださいね。



◆電話相談・面接相談

日頃子育ての事で悩んだり困ったりしていることはありませんか？誰かに話すと気持ちが楽になることもあります。気軽にお話し下さいね！(事前に予約が必要ですので、お電話ください。)

☆スタジオエンゼル TEL25-0441

☆十和田めぐみ保育園 TEL22-0141

エンゼルだよりは、子育て支援センターエンゼルホームページでも見ることができます。日程の確認など、ぜひご活用ください。

子育て支援センターエンゼル
〒034-0083
十和田市西三番町 22-8
電話:0176-25-0441