



こうめ ころこさ



社会福祉法人みちのく会
幼保連携型認定こども園 舞戸保育所
地域子育て支援センター
「こうめちゃんルーム」
舞戸町字下富田29番地7
0173-72-2277 (FAX 兼用)
子育て支援担当：主幹保育教諭
晴山 礼子 (はれやま れいこ)

気持ちよく晴れ渡った青空、照りつける日差し。平年よりも遅い梅雨明けとなりましたが、いよいよ夏本番です。いっぱい食べて、たくさんあそんで、水分や休息を十分に取ることを心掛け、暑い夏を元気に過ごしましょう！

●活動報告●

今年度第1回目の活動として、5/27(土)に「こうめっこらぶ」の活動を行いました。

この日は2組の親子が参加してくださいました。「はらぺこあおむし」の製作をした後、ホールで思いっきり遊びました。また、今回は特別に給食の試食もしていただきました。この日のメニューは味噌ラーメンでした♪お味はいかがでしたでしょうか？ご参加ありがとうございました。(^^)



省エネ育児

家電だけでなく育児も省エネモード搭載の時代？

最近Twitterで「#省エネ育児」というハッシュタグ(キーワード)が流行しているのをご存じですか？毎日子育てに追われている世のママ達が編み出した、「育児をちょっとラクしたい」時のテクニックが盛りだくさんです。目からうろこのアイデアや、思わず笑ってしまうものまで…。みなさんが今日からすぐに使えるものもあるかもしれません。是非チェックしてみてくださいね！たまには少し肩の力を抜いて育児に臨みましょう♪



スポーツ飲料による虫歯にご用心



「水分補給にはスポーツ飲料！」とCMでよく流れていますよね。また、発熱した際の水分補給にスポーツ飲料を与える保護者の方も多いかと思えます。このようなことをきっかけに、普段からスポーツ飲料を与えるようになり、これが原因となって虫歯になってしまう子が多く見られます。スポーツ飲料にはたくさんの砂糖が含まれています。(500mlに約30g→角砂糖約8個分！)また、糖分の過剰摂取は将来の生活習慣病にもつながります。激しい運動をした場合は別ですが、習慣的にスポーツ飲料を飲むのはやめ、普段の水分補給には、水や麦茶などを与えるようにしましょう。

●お知らせ●

●「こうめちゃんルーム」のホームページができました。活動予定や、子育てに関する情報を発信していきたいと思っています。子育て支援のお申し込みフォームもありますので、是非ご利用ください。<http://michinokukai.jp/>

「トップページ」→「舞戸保育所」→「子育て支援センター」とお進みください。

●9/3(日)8:45より、舞戸保育所第62回運動会を開催します。見学可能ですので、お申し出ください。未就園児の競技もありますよ。(10:30~11:00頃になる予定です。)かけっこをしてお土産をゲットしましょう！

●9/9(土)13:00より、園の行事として「劇団すずのこ」による人形劇鑑賞を予定しています。(演目は「三まのおふだ」です。)子育て支援センターからも園行事体験扱いで参加できます。なかなか無い機会ですので、観に来てくださいね！

●活動予定●

8/19(土)の活動は「まいサークル」です。

今回は、小屋敷町にある「工房 polepole」さんによる出前陶芸教室を行います。「polepole」はスワヒリ語で「のんびりゆっくり」という意味だそうです。大人も子どもも「ホッ」と一息つけるような、楽しい時間を過ごしていただきたいと思います。

※参加募集は終了しています。たくさんのご応募ありがとうございました！
※参加される方は汚れてもいい服装、またはエプロン持参でお願いします。
※給食も準備しておりますので食べていってくださいね。(^^)

