

はっぴいだより

2023年 6月

梅雨の天気がグスつくことが増えてきて洗濯物の乾き具合が気になりますね。そして、外あそびが大好きな子どもがいるお母さん達にとっても悩む日々。「お風呂を沸かして、カッパと長靴を着て・・・」「さあ、好きにあそびなさい！」と覚悟を決めて外であそぼせます。」と言う保護者がいらっしやいました。このくらいの覚悟を決めるとお母さんも楽になるかも！？
あとは、子育て支援センターなどを利用してストレス発散、思いっきり梅雨を楽しんでくださいな。

サークルについて

☀️ベビーサークル 0歳児(予約制)

10:00~14:00 10組限定でうたあそび・ベビーマッサージ・自由あそびを行います。

☀️リトル1歳児・キッズ2~4歳児サークル(予約制)

10:00~14:00 15組限定で、うたあそび・製作・自由あそびを行います。

(こちらからの飲食物の提供は控えさせていただきます。)

12:00頃~ティータイムをします。ただし、12:00以降は自由解散としますので、
ティータイムの参加・不参加も自由です。(参加者は屋食の準備をお願いします。)

☀️電話受付：0836(83)6278

☀️受付時間：9:30~16:00 (担当者不在の際は折り返し連絡します)



6月予定表



2023年度

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
			1日 キッズサークル	2日 ベビーサークル
5日 ベビーサークル	6日 リトルサークル	7日 育児相談日	8日 キッズサークル	9日 ベビーサークル
12日 ベビーサークル	13日 リトルサークル	14日 育児相談日	15日 キッズサークル	16日 ベビーサークル
19日 ベビーサークル	20日 リトルサークル	21日 育児相談日	22日 キッズサークル	23日 ベビーサークル
26日 ベビーサークル	27日 リトルサークル	28日 育児相談日	29日 キッズサークル	30日 ベビーサークル

6月のリトル・キッズサークルは、制作・などを予定しています。(内容によっては人数制限の場合あり)

*ベビー(3ヶ月~1才児)・・・バスタオル・おむつ・飲み物(離乳食・お母さんのお昼ごはん持参 ok!)など持参

*リトル(1~2才児)・キッズ(2~4才児)・・・お茶・お昼ごはんを持参(お母さんの分も)

ちょっと豆知識！

『 低血糖 』

子どもが朝、いつも以上に起きてこない…なぜ？

今日は良く寝るなあ。と思い起こしに行くと、反応はあるのだが起き上がらない。
グッタリしており、目もうつろ。熱もないし、呼吸もしてる…でも…
何かがおかしい！病院へ。

朝からの症状を説明し、子どもの様子を見た医者は、「血糖値を計りましょう」
診断名は「低血糖」

子どもって、限界まで遊んで疲れたりしたら、夜ごはん前に寝てしまい、朝まで起きなかった
って事がたまにありますよね。体調や体質にもよるのですが、長時間の糖の未摂取により
「低血糖」に陥ることがあるそうです。

こんな時は、もちろん病院に駆け込んでもいいと思います。他の方法としては「OS-1」や
「ジュース」などを少しずつ飲ませてみるといいそうです。元気が出てきたらしっかりとご飯を
食べさせてあげるといいようですよ。イヤイヤ期のご飯食べない時も要注意かもですね。

来園せずに顔を見ながら話したい方は**オンライン通話**ができます。

まずは、下記のアドレスにお名前を入れたメールを送ってください。

また、**顔を見ずにメールで話や相談がしたい方**も下記のメールに送
ってみてくださいね。

himeihoikuen6@gmail.com お待ちしています

電話での対応は月曜日～金曜日の10:00～14:00でおこなっていますので気軽におかけください。

ホームページQRコード



2023年 6月1日

756-0055

山陽小野田市旦西 7301

姫井保育園子育て支援センター

Tel/fax:0836-83-6278



6月のわらべうた・うたあそび



こねてこねて

1.2.さらさら さらさら こなまげ て こねこね こねこね

こねこね て {の ばしてん の ばして や いた な ら

お い し い ぱ ん の の で き あ が り り (ばくっ)

※そのほかも、歌詞に合わせて動きを楽しみましょう。

- さらさら～…体全体をなでる。
- のばして～…体全体をつまんで横に伸ばすように。
- おいしいパンの～…顔をなでる。
- ばくっ(つるっ)…食べるまね。
- とんとん～…おなかの上で、うどんを切るしぐさ。など

♪こねこね～こねて



体全体をつかむようにこねる動作。

体をなでたりくすぐったり。特に子どもたちは、「こねこね」が大好きです。

だるまさん

だ る ま さ ん だ る ま さ ん に ら め つ こ し ま し ょ

わ ら う と ま け よ あ つ ぶ つ ぶ

あそびかた

① だるまさん～わらうとまけよ

向かい合っ
て、歌をう
たう。



② あつぶつぶ

おもしろい
顔をして、
にらめっこ
する。



さくらぐみのようす

室内あそび



(おまじと大好き♡お茶会のほりぼりです!)



(お料理したり、マットあそびしたり
ひとりひとりが自由に遊びを楽しんでいます!)



かわいいこいのぼりが
できました!!



こいのぼり制作
(リトル・キッズの子どもたちと一緒にこいのぼりを作りました。
ひとりひとりが個性あふれる素敵な作品に仕上がりましたね!)

子育てコラム ～ 朝ごはんを食べよう! ～

みなさんは朝ごはんをきちんと食べていますか？

私たちは寝ている間にもエネルギーを使っています。朝ごはんを食べないと午前中に必要なエネルギーが足りなくなって、イライラしたり、集中力がなくなったり、体がだるく感じる
ことがあります。朝ごはらは1日を元気に過ごす大事なスイッチなのです。

<朝ごはんを食べるメリット>

- ① 脳と体がすっきりと目覚める
- ② 生活リズムが整う
- ③ 便秘を予防することができる

幼児期は生活リズムを作る大事な時期です。元気いっぱいにご過ごせるように朝ごはんをきちんと食べましょう!