



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|------------|------------------------------|--------------------------|---------------------------|---------------------------|
| 3 憲法記念日 | 4 みどりの日 | 5 こどもの日 | 6 | 7 |
| 10 | 11 | 12 おはなし広場 10:00~10:30 | 13 わらべうた教室 10:00~11:00 | 14 リトミック教室 10:00~11:00 |
| 17 | 18 つくって遊ぼう 10:00~10:30 | 19 | 20 誕生会 身体測定 10:30 | 21 |
| 24 | 25 | 26 おはなし広場 10:00~10:30 | 27 | 28 リトミック教室 10:00~11:00 |
| 31 | | | | |



6月の行事予定



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|----|---------------------------|--------------------------|---------------------------|---------------------------|
| | 1 | 2 おはなし広場 10:00~10:30 | 3 | 4 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 リトミック教室 10:00~11:00 |
| 14 | 15 | 16 おはなし広場 10:00~10:30 | 17 誕生会 身体測定 10:30 | 18 |
| 21 | 22 つくって遊ぼう 10:00~10:30 | 23 | 24 わらべうた教室 10:00~11:00 | 25 リトミック教室 10:00~11:00 |
| 26 | 29 | 30 | | |

★コロナウイルス状況によっては、行事の中止や変更があります。

〈おはなし広場〉

5月12日・26日 10:00~10:30

おはなしのボランティアさんが楽しいお話(絵本・パネルシアターなど)をたくさん聞かせてくれます。ぜひ、ご参加ください。



〈リトミック教室〉

5月14日・28日 10:00~11:00

リズムに合わせて体を動かしたり、フープやボールを使って遊んだりして、親子のスキンシップを楽しみましょう。





R 3 年度活動内容



<あそびの広場>

・月曜日～金曜日

9:00～16:00

※15:45からはお片付けタイムです。



<おはなし広場>

・毎月第1・第3水曜日

10:00～10:30

☆楽しいお話がいっぱいです。



<リトミック教室>

・毎月第2・第4金曜日

10:00～11:00

☆親子で楽しくリトミックしましょう♪



<わらべうた教室>

・毎月第2木曜日 10:00～11:00

☆わらべうたを聴きながら、親子でスキンシップを楽しんでみませんか。

<身体測定>

・毎月第3木曜日

☆乳児も幼児も身長・体重を測ることができます。月1回成長を確かめてみませんか？



<お誕生会>

・毎月第3木曜日

10:30

☆みんなで楽しくお祝いしましょう！



<育児相談>

・月曜日～金曜日

9:00～15:00

☆子育てなど一人で悩んでいませんか？お気軽にご相談ください。お電話でも受け付けています。



<体験入園>

・こども園の行事と一緒に参加します。



・七夕の集い ・防災訓練 ・運動会
・クリスマス会 ・豆まきの集い ・ひな祭りの集い

一時預かりについて

★ご家庭で育児されている方で、パートタイム・冠婚葬祭・病気・通院・介護・育児負担の軽減などの為、お子さんを一時的にお預かりします。

★対象児 長柄町に住む満6か月～小学校就学前の乳幼児
(こども園園児を除く) ※定員:5名程度

★利用できる日時 月曜日～金曜日(休業日・祝日を除く) 9:00～17:00

★利用料金 ・3歳以上児…1日 1,000円 半日(4時間) 500円
・3歳未満児…1日 2,000円 半日(4時間) 1,000円
・給食費…1食240円

★利用申し込み申請

・初めて利用をする方は、事前面接の必要があります。
・利用開始日の2週間前までに、「一時預かり事業利用申込書」を支援センターにお持ちください。緊急の場合はご相談ください。

◎キャンセルは、利用当日の朝8:15までに連絡をお願いします。

★保育料は月末締めで、翌月10日頃までに納付書を郵送します。
金融機関でお支払ください。

元気な1日は
朝ごはんから

朝ごはんには、夜眠っている間に少なくなったエネルギーを補い、低くなった体温を回復させる、大切な働きがあります。

- ①炭水化物で午前中のエネルギーをチャージ！
ごはんはおにぎりやいためごはんにしたり、納豆やシラスなどをかけたりと変化をつけると、食べやすくなります。
- ②たんぱく質で体温を上げる
牛乳だけでなく、チーズやヨーグルトなどの乳製品、ハム、ウィンナー、卵焼き、納豆などを食べることでたんぱく質をとりましょう。
- ③野菜を食べてビタミン補給
野菜は、みそ汁やスープに入れてかさを減らすと、食べやすくなります。さっと塩ゆでするだけでも、野菜の甘みが出ておいしいですよ！

赤ちゃんの睡眠リズム

生まれたころの赤ちゃんは、昼夜の区別なく、ほぼ一日中眠っていますが、5か月を過ぎるころからは、夜の睡眠が長くなり、昼間起きていることが多くなります。この時期になったら、屋は大人がかかわってあそび、夜は暗くて静かな環境を整えていきましょう。メリハリをつけることで、「昼間起きて、夜眠る」という、睡眠リズムが整っていきます。