



夙川さくら保育園 子育てだより 62号



〒662-0046 西宮市千歳町4番19号

TEL:0798-23-1211

FAX:0798-23-1210

＊子育て支援行事のご案内＊

☆育児講座☆ 先着 10 組

対象年齢：10か月～5歳児

時間：10:00～10:30※イベントごとに変更する場合があります

☆園庭開放☆ ☆育児相談☆

毎週土曜日(開催中)

AM9:30 ～ AM11:30

※地域の方に遊びに来ていただけるように
園庭開放をしています。

★園見学★

Instagramより申し込み受付中です
赤ちゃん、パパママ、おじいちゃんでもおば
あちゃんでもご参加可能です。
暑い時期ですので、涼しい服装でお越しくだ
さい。

★申し込み方法★

Instagramより、申し込みQRコードを読
み取ってください。

天候などの理由で、開催を中止する場
合があります。その際は当日の8時まで
にInstagramでお知らせを致します。
ご確認ください。

	対象年齢	内容
6月 5日(金)	10か月～5歳児	泥んこあそび 園庭で存分に砂や泥んこの感 触を楽しめます。
6月 3日(水) 6月11日(木) 11月10日(火)	10か月～5歳児	感触遊び 氷や片栗粉、寒天など、口に 入れても安全なものを使って 遊びます
6月18日(木)	10ヶ月～5歳児	七夕制作 制作をしたり、ホールで遊び ます
6月 22日(月) 6月 23日(火)	10ヶ月～5歳児	プール・水遊び 3階テラスでお水遊びをしま す。水着をご用意ください。
6月10日(水) 9月 2日(水) 10月30日(金)	未満児食～	クッキング保育体験 栄養士と一緒に簡単クッキン グをします。ご希望の方には 給食提供があります 大人¥400 未満児食¥200
6月 26日(金) 7月 1日(水)	～1歳半	離乳食講座 栄養士による講座です。後 期、完了食の離乳食、未満児 食の提供があります¥200



親子で一緒に 簡単クッキング レシピ



かんたん！ピーマンふりかけ



ピーマン 3個・・・粗みじん切り
フライパンで
乾煎り

塩昆布 5g・・・粗みじん切り
かつお節 小袋1P・袋の中で細かく
砕いておく

ポリ袋などにすべての材料を入れ
シャカシャカ混ぜて、ふりかけの
できあがりです。



かんたん！野菜の浅漬

きゅうり 1本・・・3mm幅の半月
切り、さっと
茹でる

ニンジン 30g・・・1cm長さの小さな
拍子木切り

塩昆布 5g・・・粗みじん切り

ポリ袋などにすべての材料を入れ
モミモミして、味をなじませて
できあがりです。



かんたん！お野菜レシピ

0歳児ひよこ組 睡眠について

子どもたちにとって、食事、睡眠は生活の一部です。出来るだけ快適に、心地よく過ごせるように、春は慣らし保育をゆったり無理なく行ってきました。「子ども達にとって心地よく過ごせる生活リズムを整える」ことがこの時期の0歳児の大切にしていることです。その中でも「睡眠」で大切にしていることは…

★子どもの好みを見抜く・・・縦抱き、横抱き、おんぶなど一人一人の好みを探ります。揺れるスピードにも好みがあります。

★マッサージで心地よく・・・足の裏、手のひら、おでこなど、柔らかく、そろ〜っと、血流を流すことを意識してマッサージも入眠のコツです。

★子守歌を歌う。

何よりも大切なのは、大人も心を穏やかに、泣かずに心地よく入眠してくれることを一番に考えています。保育園では午睡中、1つ保育室を空けて早く目覚めた子がゆったり遊べるスペースを確保しています。