

きらり

令和5年10月号

令和5年9月20日 発行

社会福祉法人七恵会 ながかみこども園
浜松市子育て支援ひろば 「きらり」



〒435-0057 浜松市東区中田町 776 番地
電話 411-4811 FAX 411-4822
E-mail hoikuen-nagakami@nanakeikai.jp

猛暑が続いた夏も過ぎ、朝夕の涼風や虫の鳴き声に秋の気配を感じられるようになりました。外あそびには快適な季節です。ハイハイやあんよでも楽しめる、ながかみの園庭で遊びましょう。

ひろばでは、お子さんの生活リズムと育ちをサポートしています。

- ★開催日時 月～金曜日 8:30～13:30
- ★妊婦さんとおおむね3歳未満のお子さまと保護者の同伴で利用できます。利用料は無料です。
- ★持ち物は、帽子、きがえ（洋服、靴下）、飲み物（お茶類）はまずくファイル・ノートなど必要な物を持ってきましょう。
- ★赤ちゃんマッサージ  9:00～9:30

《ひろば利用時のお約束とお願い》

- *手洗い・消毒・換気など、感染症予防対策をして開所しています。
- *体調不良の時や風邪症状が見られる方は、利用を控えて下さい。
- *初めて利用される方は、スタッフにお声かけ下さい。
- *駐車場からひろばのお部屋までの短い距離は、赤ちゃんは両手で抱っこし、また歩ける子は歩かせてきましょう。
- *飲食は水分補給の飲み物（お茶類）のみです。食事はできません。
- *カメラ・スマートフォンの使用及び撮影はできません。
- *講座や活動に参加される時は、開始10分前までに来ましょう。

10月の予定（ひろばや講座等の開催が変更となる場合があります。）

<マークの説明> ○常設ひろば ●出張ひろば ◇妊婦支援 ◎長期休暇支援

月	火	水	木	金
2 ○	3 ○●	4 ○	5 ○	6 ○
9	10 ○●	11 ○	12 ○	13 ○
おやすみ				
16 ○◇	17 ○	18 ○	19 ○	20 ○
				
23 ○	24 ○	25 ○	26 ○	27 ○
				
30 ○◇	31 ○●			
				

ママグループ「どんぐり」59期生募集します！

10月から、同じメンバーのママたちが3ヶ月間（計6回）集まり、赤ちゃんの生活や育ちを学ぶあうグループ活動「どんぐり」を行います。ママ同士でお友達を作ったり、子育ての悩みや気持ちを一緒にわかちあいませんか？

とき：10/12、26、11/9、30、12/7、14 木曜日 9:00～11:00

対象者：令和5年6～8月生まれの赤ちゃんを子育て中のママ 8組

（原則6回出席できる方、1回目から参加できる方が対象です。）

内容：自己紹介、赤ちゃんマッサージ、赤ちゃんの生活と育ち（眠・遊・食）など
申し込み：9/20（水）～10/6（金）ひろばへご連絡ください。（電話可）

ひろばのご案内



カンガルータイム 9:30～10:30

栄養士と「子どもの食事について」お話ししましょう。



はまずくファイル・ノート記入会 9:30～10:00

手遊び、わらべうた、赤ちゃんの遊びも紹介します。



初めての外遊びの会 9:30～10:30

園庭で外遊びデビューしてみませんか？



子育て講座（要予約） 9:30～11:00

お子さんの発達や行動の悩みにアドバイスいただけます。



知恵袋 9:30～10:30

子育ての不安や悩みをじっくりうかがいます。



ママグループ「どんぐり」(申込受付) 9:00～11:00

2～4ヶ月の赤ちゃん和妈妈のグループ活動です。
10月6日（金）まで、59期生の申込み受付中です。



出張ひろば『ひだまり』 10:00～15:00

天竜協働センター2階の和室で行っています。



妊婦さん支援 9:00～11:00

助産師に出産や子育ての相談をしてみましょう。

園庭や森で…外遊びができます。

8:30～11:20（午前中のみ）





★ 要予約の講座は、ひろばにお申し込みください ★



赤ちゃんマッサージ

月～金曜日 9:00～

午前中のご機嫌な時間に親子でふれあいの時間を楽しみましょう。マッサージは心地よい眠りへと誘ってくれますよ。



知恵袋

13日(金)

子育ての不安や悩みを抱いているパパやママの相談をじっくりお聞きします。気軽に思いをお話しましょう。



妊婦さん支援

16日(月)・30日(月)

テーマ 「お産の話」
子育て中のママと交流ができます。持ち物は、母子健康手帳、はますくファイル・ノートです。



はますくファイル・ノート記入会

18日(水)

「妊婦さん、0～6カ月児のおしゃべり会」
成長の証をスタッフと共に記しましょう。
持ち物：『はますくファイル・ノート』



カンガルータイム

4日(水)

「幼児食について」

栄養士ママと一緒に、情報交換や楽しくおしゃべりしましょう。

25日(水)

「手早くできる」

「食事づくりの工夫」

食事を手早く作る工夫を聞いてみませんか？



初めての外遊びの会

5日(木)、11日(水)

外遊びっていつからするの？
外遊びって何したらいいの？
など、悩んでいる方におすすめの会です。



きらり講座 (要予約)

次回 11/17(金)

テーマ 申込受付 10/20～

「冬に備える」

～感染症対策とスキンケア～

小児科医 竹内里和先生
からお話をいただきます。



出張ひろば『ひだまり』

天竜協働センター2階和室

3日…フリー

10日…楽しく絵本タイム ①

31日…赤ちゃんと一緒に

手遊び・マッサージ②

①11:00～ ②13:00～



きらり・しあわせ通信

20日(金)

「ママと赤ちゃんのしあわせ通信」と「きらり通信」2通を希望の方に郵送でお届けします。



子育て講座 (要予約)

19日(木)

参加者7組限定

講師：野藤弘幸 先生

「寝ない」「食べない」「ことばが遅い」「落ちつきがない」など、参加者の様々な困りごとから子育てのことまで、講師より具体的な対応のしかたやアドバイスがいただけます。気持ちが一楽になりますよ！

ながかみこども園のご案内



《 駐車場 》

園舎西側駐車場、第3長上苑南側駐車場をご利用ください。満車の場合は、お声を掛けてください。

出張ひろば(天竜協働センター)のご案内

浜松市東区薬新町99 Tel 421-0379



《 駐車場 》

駐車台数に限りがあります。徒歩や車の乗り合わせにご協力をお願いします。

《 バス 》

「中ノ町磐田線80に乗りし『薬新町』バス停下車」にてお越しください。

外遊びをするようになって

「きらり」の園庭に遊びに来てくれる1歳3ヶ月のYくんのお母さんより、「園庭で外遊びをし始めてから、Yくんの日常生活に良い変化が現れました。」と外遊びの感想をいただきました。(Yくんのお母さんには、許可をいただき掲載しています。)



11ヶ月頃、ハイハイが上手になってきた時に、外遊びを始めました。

11ヶ月頃、ハイハイが上手になってきた時に、外遊びを始めました。

最初は、砂や石を食べてしまうのでは?…とあって、なかなか始められずにいましたが、「きらり」に通うようになり、息子と同じくらいの子たちが外で遊んでいるのを見て、「外でいろいろな物に触れて遊ぶのには良い刺激になるかも!」と思い始めました。

最初は、石や葉っぱを食べようとしたけど・・・。

初めての時は、こども園の子と一緒にゴザの上に座って、外の空気に慣れさせてもらいました。息子は、砂場に興味を持って、自分からハイハイして進んでいったので、初日から服をいっぱい汚して楽しく遊んでいました。

最初は、石や葉っぱを食べようとすることもありましたが、その都度声を掛けて、他の遊びに気を向けていたところ、最近は口にいれることがほとんどなくなりました。

本人なりにですが、砂をスコップですくって容器に入れたり、砂の上をハイハイする感触を楽しんだり、毎回いきいきと遊んでいます。園児も声を掛けてくれたり、一緒に遊んでくれたりすることもあるので、息子にとっても私にとっても刺激となり楽しいです!



昼寝の時間が延びました!

初日より次の日、その次の日と、どんどんハイハイの行動範囲が拡がり、息子も慣れて自分から遊びを楽しむようになりました。

室内遊びのみだった頃よりも外で遊ぶようになり、刺激を多く受けているからか、昼寝の時間が延びました。

前は、30分ですぐ起きてしまう子でしたが、1時間、2時間と続けて寝てくれるようになり、眠りが深くなった気がします。

元々汚れたり、感触遊びをしたりすることは嫌がらなかった子ですが、たくさん自然に触れさせることで、より慣れて、より挑戦するようになってきたと思います。



季節が良くなってきたので、外遊びをしてみませんか?

きらりでは、8:30~11:20まで園庭で遊べます。

<持ち物> 帽子、きがえ、水筒、靴(歩行が完成していないお子さんは靴下をお持ちください。)
保護者の方がかぶる帽子や水分補給の水筒を持ってきてください。