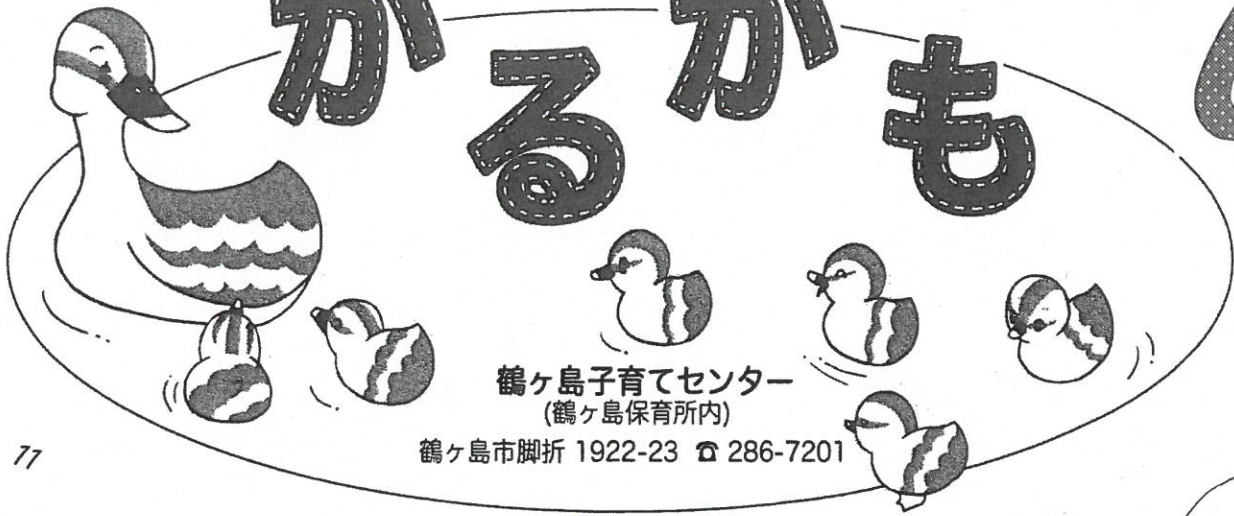


かるがも 6 月号



鶴ヶ島子育てセンター
(鶴ヶ島保育所内)

鶴ヶ島市脚折 1922-23 ☎ 286-7201

77



6月10日は何の日か知っていますか？

日本で初めて水時計が時を刻み、鐘を打ち鳴らした日
「時の記念日」です。



1日24時間…みんなに同じように流れている時間
でも、今の時間は今の自分限定♡
これを機会に「時間」の大切さを
感じてみていいですね



おいしい給食レシピ★さしあげます

♡ 保育所で人気の給食メニュー & 簡単に作れるおやつメニュー ♡

手作りカレーや子どもと
一緒に作れるおやつなど、
いろいろなレシピがあるよ



簡単！おやつで作れます♪

- ・ギョウザの皮ピザ
- ・さつまいものポンデケージョ
など

鶴ヶ島保育所は給食室前、
東部保育所はつどいの広場の部屋にあります。
園庭開放日やつどいの広場の日にご自由にどうぞ♡



手づかみ食べのすすめ

パパやママは「食べ物をぐちゃぐちゃしないで〜」「こぼさないで！」というけれど…。理由がちゃんとあるんだよ〜



食べ物で遊んでる!?

遊んでいるんじゃないよ。食べ物のニオイや形、感触を確かめているんだよ。

ただ今!
ひとくちの量や大きさ、
口までの距離感を
研究中!!



握りつぶしちゃう

まだうまく手指でつかんだり、つまんだり、力の加減ができないの。

POINT!

Xニューの一部に手づかみ食べしやすい形も取り入れましょう。

- 小さなおにぎり
- 肉だんご
- いちょう切りスライス状
- ゆで野菜

落としちゃう こぼしちゃう

食べ物を目で見て、手でつかんで、口まで運ぶ練習をしているところなんだよ。



Q 手づかみ食べだけではしっかり食べられていないようで心配…。

A 楽しく、でもしっかり食べてほしいですね。自分で食べようという意欲を大切にしつつ、手づかみ食べの合間で、大人が食べさせてあげてもいいでしょう。

Q 遊び食べなどで時間がかかってしまったらどうしたらいいの？

A 食べずに遊んでばかりになってしまったら満腹のサイン。「もう、ごちそうさまだよね」と食器を片づけて切り上げましょう。(食べ始めて20~30分くらいが目安です。)

★『手づかみ食べ・遊び食べ』が大事な理由★

手づかみ食べや遊び食べは、食べ物への好奇心のあらわれ。大人からは遊んでいるように見えても、視覚(見る)、触覚(つかむ、つまむ)、味覚(食べる)で感じている時期なので、“自分で食べたい気持ち”を応援してあげましょう。

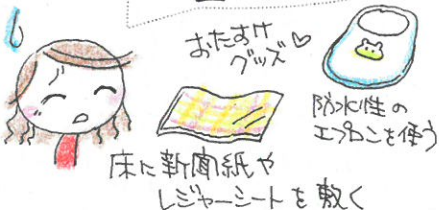
こういうことも
スプーンや はしを使おう
ことに慣れてきたら



そうは言っても
困りますよね…

食べ物をぐちゃぐちゃにしたり、周りを汚したりしてしまうのは当たり前と割り切ってみて。「こぼしても大丈夫」「汚れても大丈夫」という環境を作って、大人がストレスを溜めずに済むよう心掛けてみましょう。

リラックスした、楽しい雰囲気の中で食事ができるといいですね♡



いつ始めたら
いいの？



どうやって
進めればいいの？



ML★トレーニング

Cute



もう始めているひとも… これから始めるひとも…
子どもの発達にあわせたトイトレのスタートや
進め方のヒントを見つけましょう

【日 時】① 6月26日(火) 10:15~11:45 15名程度
会場：女性センター「ハーモニー」

② 7月 5日(木) 10:15~11:45 10名程度
会場：富士見市民センター

【対 象】 1歳から3歳の保護者（申込み順、市内在住の方優先）

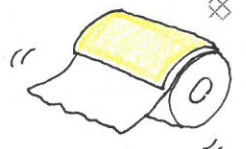
【保 育】 1歳から3歳まで（要申込み） ①15名 ②10名

Let's
try!

【申込み】 6月4日(月)9時から 電話または直接申込み
※①または②どちらかの日程を選んでください

鶴ヶ島子育てセンター（鶴ヶ島保育所内）

049-286-7201（土日除く9時~17時）





つるがしま子育てセンターの予定



鶴ヶ島市ホームページからも見られます♡

手作りおもちゃで自由にあそんだり、おしゃべりをしたり…

「つどいの広場」「こそだてひろば」「園庭開放」は、0歳から就学前のお子さんとママ、パパが気軽に立ち寄れる場所です。おじいちゃん、おばあちゃんも参加できます。時間内は出入り自由、予約はいりません。

保育士が、育児に関する相談や情報のご案内もしています。



【つどいの広場】 女性センター「ハーモニー」託児室 午前 9:00 ~ 12:00 午後 1:30 ~ 3:30	【こそだてひろば】 第1~第4 水曜日(祝日は除く) 10:00 ~ 11:30 富士見市民センター	【園庭開放】 【パパの園庭開放】 9:30 ~ 11:30 (保育室開放は11:00まで) 鶴ヶ島保育所 園庭・保育室
--	--	---

今年度より、子育てセンター担当になります

【東部保育所つどいの広場】
 9:30 ~ 11:30
 鶴ヶ島東部保育所 園庭・保育室

【かるがも配布場所】
 児童館、市民センター、保健センター、各つどいの広場、子ども支援課、中央図書館、市民活動推進センターなど

【問合せ】049-286-7201

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4 午前 つどいの広場 午後 つどいの広場	5 午前 東部保育所 つどいの広場 午後 つどいの広場	6 午前 こそだてひろば 午後 つどいの広場	7 午前 つどいの広場	8	9
10	11 午前 つどいの広場 午後 つどいの広場	12 午前 つどいの広場 午後 つどいの広場	13 午前 こそだてひろば ※午後のつどいの広場はお休みです。	14 園庭開放 ※離乳食サンプル展示	15	16
17	18 午前 つどいの広場 午後 つどいの広場	19 午前 つどいの広場 午後 つどいの広場	20 午前 こそだてひろば 午後 つどいの広場	21 午前 東部保育所 つどいの広場	パパとあそぼう! ~パパの園庭開放~ 9:30~11:30 鶴ヶ島保育所 園庭・保育室	
24	25 午前 つどいの広場 午後 つどいの広場	26 子育て講座 「トイレトレーニング」 ※詳細は中面をご覧ください	27 午前 こそだてひろば 午後 つどいの広場	28 園庭開放 ※離乳食サンプル展示	29	30

※悪天候の場合、「つどいの広場」等、お休みする場合があります。※駐車場は他の施設と共通の為、混雑する場合があります