

九電 IH 講座

九州電力の方にIHランチ講座をしていただきました。その他、電気料金の見直しやIHの詳しい説明をしていただき、皆さん喜ばれていました。



ママ達で作っている間は、先生とお友達とおもちゃで遊びながら待ちました。



- ・マルグリータピザ
- ・ミネストローネ
- ・ピーマンのフリッター



九州電力の方々、ありがとうございました

遊びに行こう

東町街区公園



どんぐりみつけた!

公園日中で風も心地よかったです。元気に走り回ってたくさん遊びましたよ。



ゴール!



お花見気分ハイキーン!



アンパンマン だーいすき♡

さくらサロン

くしまの子育て広場「さくらサロン」だより

第276号

5月号

編集：さくら通信編集部
発行：串間市地域子育て支援センター(さくらサロン)
責任者：南さくら幼保連携型認定こども園 園長
E-mail: saron@love.made.ne.jp
TEL: 0987-72-5623
※所在地は下記さくらサロンと同様

バックナンバーがHPでも見られます!
https://www.minami-sakura.com/minami_sakura/



整備しました!
駐車場を



こども園前の屋根付き駐車場



園舎の裏側駐車場



学童前の坂道駐車場(縦列駐車)

遊びに来られた際は、ここをご利用ください。運転が苦手な方は、職員が対応しますので、気軽に電話をくださいね。
Tel. 0987-72-5623

赤ちゃんタイム



赤ちゃんマッサージ

気持ちいいね~!



春のお昼寝アート

さくらサロン 5月の行事予定

- ★5月8日(月)▶赤ちゃんタイム … 1歳未満のお子様を対象です。赤ちゃん体操などをして、お子さんとゆっくり触れ合います。バスタオルかブランケットを持ってきて下さいね。
- ★5月11日(木)▶遊びに行こう … 第7児童公園(現地集合) 文化会館と図書館の近くにある公園です。広場を走り回り、公園を散歩して遊びましょう。帽子・飲み物を持ってきて下さいね。
- ★5月12日(金)▶焼きたてピザを食べよう … 親子で生地に具材をのせて、ピザ窯で焼きます。その場で試食したり、持ち帰りもできます。大きめの皿と飲み物を持参してくださいね。準備がありますので、参加される方は、10日(水)までに申し込みをお願いします。 ※小雨決行(雨天の場合は18日(木)に延期)
- ★5月15日(月)▶遊びに行こう … かな保育園(現地集合) ※西部地区 のだ小児科の近くにある保育園です。帽子、飲み物の準備をお願いします。場所が分からない方は、お尋ねください。
- ★5月16日(火)▶おもちゃで遊ぼう … 場所:中央公民館(現地集合) 倉庫で管理しているおもちゃを持っていきます。珍しいおもちゃもありますので遊びに来て下さいね。
- ★5月19日(金)・25日(木)▶お話し会 … 場所:串間市図書館2階(現地集合) パネルシアターを見たり、絵本の読み聞かせを予定しています。親子で楽しい時間を過ごしましょう。
- ★5月22日(月)▶親子体操 … 梅井先生に来ていただき、ボールを使った体操やストレッチの仕方を教えていただいています。

園庭開放の日は、身長・体重も計測できますので、気軽に声をかけてくださいね。

月	火	水	木	金	土
1 園庭開放	2 散歩 さくらサロン 10:00~10:30	3 憲法記念日 休館	4 みどりの日 休館	5 こどもの日 休館	6 園庭開放 ※12:50まで
8 赤ちゃんタイム さくらサロン 10:00~10:30	9 製作「帽子作り」 さくらサロン 10:00~10:30	10 英語で遊ぼう さくらサロン 10:40~11:20	11 遊びに行こう 第7児童公園 10:00~11:00	12 焼きたてピザを食べよう さくらサロン 10:30~11:30	13 園庭開放 ※12:50まで
15 遊びに行こう かな保育園 10:00~11:00	16 おもちゃで遊ぼう 中央公民館 10:00~11:00	17 英語で遊ぼう さくらサロン 10:40~11:20	18 園庭開放	19 お話し会 図書館2階 10:30~11:00	20 園庭開放 ※12:50まで
22 親子体操 さくらサロン 10:30~11:30	23 園庭開放	24 英語で遊ぼう さくらサロン 10:40~11:20	25 お話し会 図書館2階 10:30~11:00	26 園庭開放	27 園庭開放 ※12:50まで
29 園庭開放	30 園庭開放	31 英語で遊ぼう さくらサロン 10:40~11:20	6/1 小麦粉粘土遊び さくらサロン 10:00~10:30	2 製作「指スタンプ」 さくらサロン 10:00~10:30	3 園庭開放 ※12:50まで

※園庭開放の日でも職員はいます。遊びや相談など、気軽に声を掛けてください。園庭開放時間は、右記のサロン開館時間と同様です。
※外での活動で雨天の場合は、サロンでの自由遊びになります。

感染症対策のお願いとご協力について

- 体調が悪い場合や、ご家族に体調不良の方がいる場合はご利用をお控えください。
- 発熱等の症状がみられた場合は、解熱後24時間以上経過し、せきなどの症状が改善された後にご利用ください。

マスク着用など、今後の方針について

政府方針では「マスク着用は室内も含めて個人の判断」としておりますが、サロンは乳児も利用されますので、医療機関等と同等の対応として、これまで通りマスク着用と入口での消毒・検温のご協力をお願いいたします。社会および地域の状況を見ながら、対策や行事を変更することもありますので、新しい情報は南さくらこども園のホームページでお知らせします。

串間市子育て支援センター「さくらサロン」

子育て支援センターは、主に乳幼児とその保護者のための施設で、よりよい育児をサポートする地域交流の場です。同じような境遇の親子で交流することができますし、子育てについての不安や悩みも保育士に相談することができますので、気軽に遊びに来て下さいね。

開館時間 ※日祝は休館

【月～金】9:00～17:00(16:50片付け)
【土】9:00～13:00(12:50片付け)

※15:00～15:30は、換気・消毒のため入館できませんのでご注意ください。

対象 生後2ヶ月～未就学児まで

所在地 さくらサロンは、南さくらこども園に併設されています。
〒888-0005 宮崎県串間市大字北方7358番地2 (南さくらこども園内)

お問い合わせ
メールアドレス: saron@love.made.ne.jp
TEL: 0987-72-5623

手形定型アート



記念に残してみませんか? 気軽に声をかけてください!



散歩

お花や草花、ちょうちよを見つけたら♪
春探しの楽しい散歩になりました。



きれいだね〜



おもちゃで遊ぼう

お気に入りのおもちゃを見つけて、
遊んでいます。ママたち同士もお話
をしたり、ゆっくりとした時間が過
ぎせますよ。



砂場遊び

こども園の砂場で遊びました！天気の
良い日は一緒に遊びませんか？



水をくんできたよ〜♪

お話し会

「せんたく」という曲に合わせて、ふれあい
遊びをしました。ママとの触れ合いの時間
が大好きな子供たちです。

たかい、たかーい♪



お話しはじまるよ〜



Happy

英語で遊ぼう

子供たちは、聞こえてくる英単語を
すぐに口ずさんでみたり、英語の曲に
興味津々です。



親子体操

ワンポイントアドバイス

胃腸を強くすることで元気な
体を作ることができます。
食事に気を付けましょう！



製作「こいのぼり」

お母さんと一緒にクレヨンで
塗ったり、色画用紙やシールを貼ったりして、鯉のぼり
ガーランドを作りました。鯉のぼりのように元気にスク
スクと育ってくれますように。



カラダに良いことコレクション

★正しい歩き方をしよう★

① 背筋を伸ばして。前を向いて歩こう

猫背は免疫力や気力を低下させ、お腹も出るので注意しましょう。

② 肩はリラックスして

まず肩をグッと上げてストンと落とします。これが肩の力が抜けた
リラックス姿勢。疲れにくく、長時間歩きも可能に。

③ かかと→つま先の二段階で

歩幅狭くても構いませんが、かかと→つま先の二段階着地を意識
して。この歩きは、膝が伸び、シェイプアップにつながります。



簡単おやつ作り 「春巻きの皮で作る りんごのスティック」(8本分)

- 【材料】
- りんご …… 1個
 - 砂糖 …… 25g
 - バター …… 少々
 - 春巻きの皮 …… 8枚
 - レモン汁 …… 小さじ1

- 鍋にいちよう切りにしたりんごとレモン汁、砂糖を入れて蓋をし、中火にかける。水分がなくなるまで10分ほど蒸し煮する。
- 粗熱がとれたら、通常の春巻きの皮のように、①を手前に置き、両端を中央に折りたたみ、手前から細長くなるように巻く。
- 熱したフライパンにバターを入れ、弱〜中火で転がしながら焼く。オーブントースターでもオッケー。



10分後



オーブントースターで焼く場合は、全体にバターをぬってから焼いてください。

すくすくColumn

新緑の香りや色とりどりの花々の香りにみちあふれた園庭で、子どもたちが駆け回り活発に遊んでいます。身体を動かして遊んだ後は、楽しみにしている給食の時間です。

『給食はよく食べているようですが、家庭では好き嫌いを言って遊びながら食べるので時間がかり、やむなく叱ってしまうことが多くなっています。食事は子どもにとって楽しい時間にしていきたいのですが。』という保護者の声がありました。今回は子ども食についてお話ししましょう。

★好き嫌い/嫌いと感じるには「味が苦手」「食感が嫌」などにかしらの理由があります。栄養があるからと強制ばかりしているとトラウマになることも……。細かく刻んだり擦ったりと工夫をしても食べない場合、成長過程において食べられるようになることも多いので、ほかに食べられる食材を増やすことに目を向けてみましょう。

★食欲/食欲に関しては個人差が本当に大きいです。食べる量が少なくても、毎日元気に遊んでいる、顔色がいい、全身状態がいい、機嫌がいいのなら大丈夫です。もう少し食べてほしいなら、量を増やすのではなく栄養価の高い食材をうまくとり入れて少ない量でも完全する喜びを感じさせてあげましょう。あとはお腹がすくように体を動かす習慣を付けることも大切です。

★ばっかり食べ/たとえばバナナに夢中になるといつもそればかり欲しがってしまうばっかり食べですが、ハマるきっかけは「食べやすくおいしい」といった理由がほとんどです。好きにさせつつ回数を減らしていきましょう。

★お菓子を欲しがらる/お菓子は砂糖や油、うま味調味料を使っているため誰でも一瞬でおいしいと感じることがあります。小さい頃からそのおいしさに慣れてしまうと、よく噛んで味がでてる食材やごはんを嫌うようになり、お菓子ばかり欲しがらる悪循環になりかねません。子どもは自分でコントロールできないので、保護者がしっかりとお菓子の量や時間を決めて決めて甘やかさないことが重要です。時にはバナナやみかんなどフルーツをあげてみてはいかがでしょうか。

★食べ物や食器で遊び出す/お腹が減っているのに「飯で遊ぶ子はいません。遊びがはじまったらもうお腹がいっぱいのサイン。そこで遊んでいるようでも工夫して食べようとしている以外は、ごちそうさまだね〜とお皿を下げてしまうのも手です。食事時間は子どもの集中力を見ながら10〜15分。食事中は、テレビを消して食事と会話を楽しくしてください。

★ちゃんと座って食べられない/座って食べられないことには理由があります。テーブルや椅子が体に合っていないと子どもは落ち着いて座っていられません。いすの高さは、足がぶらぶらせず、踏ん張れることが大事。踏ん張ることかむ力が身につく、上半身を支えることができます。腰も固定したほうが、ぐらつかず安定します。上半身をしっかりと支えられるように工夫して、足が届く高さの台を置いてみましょう。

子どもの頃の食の記憶は残りやすいと言われてるので、食べる時間は楽しく過ごしたいものです。そして風にたなびくこいのぼりのようにすくすくと大きく育ってほしいです。

崎村尚子

