

さくらんぼ つうしん

令和6年 4月号



今年の春は、なかなか温かくならず、桜の開花が少し遅れているようです。満開の桜が待ち遠しいですね。春の訪れを感じ、お花見をしながら、お散歩を楽しみましょう。そして、さくらんぼでも、いっぱい遊びましょう。



〇さくらんぼルーム参加には登録が必要です。🎂は4月生まれの子の誕生日祝いをします。

4月	月	火	水	木	金
	1 	2 	3 	4 	5 入園式
	8 	9 	10 	11 	12
さくらんぼ ルーム① 9:30~12:00	15 	16 中川公民館	17 丹原公民館	18 田野公民館	19 徳田公民館
さくらんぼ ルーム② 9:30~12:00	22 	23 中川公民館 こっころ🎂	24 丹原公民館 🎂	25 田野公民館 🎂	26 徳田公民館 こっころ🎂
	29 昭和の日	30 BirthdayPhoto	さくらんぼルームの受付は4月4日(木)~ 電話での受け付けは13:00~		

- ★今年度からさくらんぼルームは9:30~になります。
- *さくらんぼルームの受付は4月4日(木)~ 電話での受け付けは13:00~とさせていただきます。複数回の参加もOKです。どんどん参加してくださいね。
- *さくらんぼルーム①……はじめまして…初めてのさくらんぼ。自己紹介をしたり、親子で記念の写真を撮ったりします。
- *さくらんぼルーム②…楽しく遊ぼう…いろいろな玩具で遊んでみましょう。先輩ママたちと一緒に遊びましょう。
- *こっころ🎂…地域のボランティアさんと一緒に遊びます。子育て相談にも応じてくれます。…『こっころ🎂』は、たくさんの人と関わりながら、心も育ってほしいという気持ちをこめて命名しました。
- *みんな! あつまれ! なかよし広場 10:00~11:30…5月からのスタートです。
- *子育て相談…さくらんぼでは子育て相談も実施しています。必要な場合は専門機関への紹介も行います。気軽に相談してください。電話での相談もOKです。
- 🍒…さくらんぼの日…さくらんぼの部屋で遊べます。9:30~12:00 14:00~16:00
- *さくらんぼの日も参加申し込みを受け付けます。



夕食を食べてから朝ご飯まで約12時間です。なのに朝ご飯を抜くと、昼食までプラス5時間、この間栄養補給ができない…大変なことです。

朝ご飯には、体内時計のリセットや、体、脳を目覚めさせるなど大きな役割があります。朝食の質で夜の眠りの質も影響を受けると言われます。

*睡眠を促すホルモン『メラトニン』。メラトニンは『セロトニン』という神経伝達物質から作られます。このセロトニンの材料となるのが『トリプトファン』。これを多く含む食材は動物性たんぱく質です。

また、学童期には、朝食が学力にも関係すると言われます。子どもの健やかな成長のためにも、まずは朝ご飯を食べることを習慣づけていきましょう。

パッとできる朝食メニュー(幼児)
のりチーズロール&牛乳(飲み物)



サララップにサンドイッチパンを広げ、チーズ、海苔を重ねてクルクルと巻き、なじんだら一口大に切る。

飲み物はお好みで🍶



作: 松谷 みよ子
絵: 東光寺 啓
出版社: 童心社

「おやまをこえて、のはらをこえて、おさじさんがやってきました。」
離乳食が進んで、自分でスプーンを持って食べたがり始めます。そんな時に、読み聞かせてあげると、楽しく食事ができるかな、と思います。

『松谷みよ子 赤ちゃんの本』シリーズの一冊です。シリーズの絵本も読み聞かせしていきましょう。



- 3カ月児健診 3月23日(東予保健センター)
令和5年月生12月まれ対象
- 1歳6カ月児健診 3月17日(東予保健センター)
令和4年9月生まれ対象
- 3歳児健診 3月9日(東予保健センター)
令和2年9月生まれ対象
- ハピすく相談室 3月24日(丹原児童館)
*母子手帳・バスタオルを持って参加してください。
詳しくは、西条市HPをご覧ください。



- かごかご じゅうろくもん
- えどから きょうまで さんもんめ
- ふーかい かわへ はーめよか
- あーさい かわへ はーめよか
- やっぱり ふかい かわへ どび〜ん
- (やっぱり あーさい かわへ
じゃぶ じゃぶ じゃぶ)

*抱っこして遊びます。『もう一回👉』と繰り返して遊びましょう。

*毎月ひとつずつわらべ歌遊びを載せていきます。さくらんぼルームで実施しますので、参加してお家でも楽しんでください。

*年間のわらべ歌レジメもあります。



令和5年、5月8日、新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置付けが5類感染症になってから、一年を迎えようとしています。まだまだ感染症の発症は続いています。また、その他の感染症もいろいろ発症しています。

さくらんぼに参加する前には、体温の測定をし、風邪症状など体調に変化がある場合は、参加を見合わせていただくよう、ご協力をお願いいたします。



さくらんぼの活動紹介
～どんどん参加しましょう～



子育てサークル・さくらんぼルームの日課（参加には申し込みが必要です。）

9:30	受付始まり 好きな遊びをしましょう	} 子どもの状態に合わせて、都合の良い時間にご来館ください。 *遊ぶ時間が短いと『おしまい』がでにくいときがあります。10時にはみんながそろそろいいですね。
10:00	みんなで遊びましょう 	
11:10	みんなで片付けをしましょう 手遊び・わらべ歌遊び 絵本の読み聞かせなど 	
11:30	絵本の貸し出し 情報交換・子育て相談	*お母さんたちも静かに聴きましよう。子どもは、親の姿を真似して育っていきます。よろしくお願ひいたします。
12:00	おしまい	} 子どもの状態に合わせて、帰りましょう。



なかよし広場の日課・・・丹原総合公園や東予運動公園などで遊びましょう。

10:00	受付始まり 遊具や砂場で遊びます。 	公園によって受付場所が違います。さくらんぼつうしんでお知らせします。 *簡単な体操です。保護者の方が楽しむと子どもも楽しむようになります。 家に帰って昼食をとり、ゆっくりお昼寝しましょう。 *新型コロナウイルス感染防止のため午前みの活動です。
11:10	みんなで体操 	
11:30	解散 	



みんな！あつまれ！の日課・・・町内の保育園、幼稚園で遊びます。

なかよし広場・園庭開放＝雨の日は中止です。（天候によりはっきりしない場合は、お問合せ下さい。）

10:00	受付始まり 遊具や砂場で遊びましょう。 	保育園の園庭での受付になります。 *季節によって散歩やプールなどの遊びも取り入れます。 園児とも、いっぱい遊びましょう。 *園の状況で予定していた活動ができない場合もあります。
11:20	片付け 	
11:30	解散 	

*登録後、さくらんぼルームで、出席カードをお渡しします。子どもさんと一緒にシールを貼っていきましょう。どんどん参加して、シールをいっぱい貼ってね。

*さくらんぼの日 は、エントランスのインターホンを押してください。スタッフが対応いたします。



令和5年度の活動風景から



さくらんぼルーム



初めてのさくらんぼルーム。ボールを転がしながら、自己紹介。一年間一緒に遊びましょう。

毎月わらべ歌遊び・手遊び・絵本の読み聞かせをします。保護者も一緒に楽しみましょう。



子育てなどの話をしながら一緒に遊びます。こころ♡では、ボランティアさんも一緒に遊んだり話を聞いてくれたりします。

しゃぼん玉って不思議!!
じっと見ていたね。



水遊びのおもちゃ作り
センサーボトルは大人の癒し...



歯磨きの大切さをお話を通して伝えます。

久しぶりに大五木材さんの木の玉ボールなどで遊びました。

七夕短冊作り

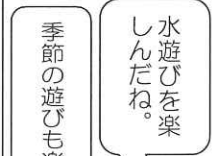
みんながすすく育ちますように。



大型絵本の読み聞かせ。絵本の楽しさを伝えます。



中学校でも遊ぶよ。
十数年後のきみたち!



季節の遊びも楽しめます。

水遊びを楽しんだね。



新聞で遊びました。音も楽しんだね。

木の実はクレイ粘土で遊びました。いろいろな木の実に興味深々!!



おみこしを作って、みんなでかきました。



クリスマスだよ、ではサンタもやってきたよ。

なかよし広場

公園で体を動かして体幹作り。遊具で遊んだり体操したり、虫取りをしたり。楽しかったね。

丹原中央公園



シャボン玉をしたりして遊んだりしたね。

気木持ちたち!!
困られて良い



東予運動公園

丹原総合公園

石鎚ハイウェイオアシス子ども広場

水を運んで型抜き。秋にはどんぐり拾い。そして、みんなで体操!!お母さんも一緒に!!

遊具で遊んだり、虫取りしたり、観察したり...科学の芽を育みます。

さくらんぼの日...『0歳・1歳・2歳児!あつまれ!』

『ハートフル・ママ』

0歳児は、さくらんぼの部屋や公民館のホールで実施。子育ての仲間がいるって、心強い!!



草遊びも楽しめました。

羊毛フェルト・アロマの講座は2回、多肉寄せ植え、フラワーアレンジメント・クリスマスキャンドル・フォトフレーム作りを楽しみました。



1・2歳児は支援センターから散歩を楽しみました。しっかり歩くことを共通認識!

パースティフォト

