

さくらんぼ つうしん

令和7年 7月号



今年の梅雨入りはいつ頃なのかな？と気になると同時に台風発生なしで6月に突入したと耳にします。これからの季節は、天候に左右され思うように外で遊べないことが多くなってくると思いますが、耳を澄ませて雨の音を聞いたり窓ガラスを流れていく雨のしずくを見たりしながら梅雨の時期も楽しめると思います。



7月の予定

○さくらんぼルーム参加には登録が必要です。☎は7月生まれの子の誕生祝いをします。

7月	月	火	水	木	金
Instagram 始めました😊 フォローお願いします❤️		1 	2 	3 研修	4
さくらんぼ ルーム① 9:30~12:00	7 	8 中川公民館 こっころ♡	9 丹原公民館	10 田野公民館	11 徳田公民館
さくらんぼ ルーム② 9:30~12:00	14 	15 中川公民館 	16 丹原公民館 こっころ♡ 	17 田野公民館 	18 徳田公民館
	21 海の日	22 	23 BirthdayPhoto	24 ハートフルママ 中川公民館 10:00~11:30	25
さくらんぼルーム 等の申し込みは 6月10日(火) 13:00~ です。	28 なかよし広場 東予運動公園 10:00~11:30	29 	30 バランスボールで エクササイズ 丹原公民館 10:30~12:00	31 	

*さくらんぼルーム①…作ってみよう、水遊びのおもちゃ…ペットボトルなどで水遊びのおもちゃを作ります。

*さくらんぼルーム②…七夕短冊を作ろう…親子で七夕短冊飾りを作ります。作った短冊は持ち帰り、家庭で飾ってくださいね。

*みんな！あつまれ！…今月はありません。

*なかよし広場…集合場所：砂場前 午前中のみ、気温が高い場合は時間を短縮して実施します。持ってくるもの：お茶、着替え(水で遊べるところあり)、ベビーカーなど必要なもの。

(登録してない方の参加もOKです☆)

🍒…さくらんぼの日…さくらんぼの部屋で遊べます。午前中は水遊びをすることがありますので水着、バスタオル、着替えなどの準備をして参加してください。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。

今月の食育 おすすめレシピ

七夕に野菜たっぷり
カップ寿司

【離乳食完了期】



材料:ごはん 80g
にんじん 10g
大根 20g
かぼちゃ 10g
卵 1個
ピーツパウダー 耳かき1杯分

- ① 野菜を全て0.5mmの角切りにする。
- ② 小鍋でやわらかくなるまで各野菜を茹でる。大根は半量取っておく。
- ③ 半量取っておいた大根に分量外のお湯を大根が被るくらいまで入れ、ピーツパウダーを溶かして10分ほど放置する。(大根が赤く染まりかわいいです)
- ④ ごはんをカップにいれ、②の野菜と③の大根を彩りよくのせる。
- ⑤ 薄焼き卵を作り、クッキーの型などで星型に抜き飾る。

今月の絵本 『おさんぽ おさんぽ』

作・絵：広野 多珂子
出版社：福音館書店



雨上がりにお散歩に
出かけた様子を描い

た絵本です。長靴からの目線で描かれていて水溜りでバシャバシャしていくうちに、どんどん激しくなっている様子が子ども心を上手く表現しています。最後のページで、登場してきた虫たちも揃って散歩に行く姿がとてもかわいらしいですよ。雨上がりのお散歩が一層楽しくなる一冊です。

健診のお知らせ

3カ月児健診 7月15日(西部保健センター)

令和7年3月生まれ対象

1歳6カ月児健診 7月9日(西部保健センター)

令和5年12月生まれ対象

3歳児健診 7月1日(西部保健センター)

令和3年12月生まれ対象

ハピすく相談室 7月9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。

今月のわらべうた

おふねをこいで おふねをこいで
おふねをこいでいこう
おふねをこいで おふねをこいで
おふねをこいでいこう
おさかなたくさん とれろ
おさかなたくさん とれろ
おふねをこいで おふねをこいで
おふねをこいで いこう

*子どもの足を持って屈伸したり
ゆらしたりして遊びます。

台風等による警報発令時の 対応について

*西条市に朝8時に警報が出ている場合、公民館が避難場所になるため、さくらんぼルームは中止とさせていただきます。

*台風、大雨の季節です。警報が出た場合は、身を守る行動・命を守る行動をとりましょう。

自分の命、子どもの命を守りましょう。



ハートフルママ

7月24日(木) 10:00~11:30
中川公民館 学習室2 講師: 佐伯 あや先生



今年度第三回目は、昨年好評だった多肉植物の寄せ植えです。今回はガラスの器に夏に強いハオルチアの植え込みと石にハンコ押しして自分だけのオリジナル寄せ植え作りをします。3種類のハオルチアの寄せ植えにチャレンジしてみませんか?

- *子どもがその場に慣れるまで少し親子で遊びます。9:50までに参加してください。
- *準備の都合、先着10名とさせていただきます。
- *ハートフルママ=優しさがあふれている、愛にみちあふれているママという意味です。時には心に栄養補給をしましょう。



バランスボールでエクササイズ

親子でリフレッシュ ~バランスボールでエクササイズ~
7月30日(水) 10:30~12:00
丹原公民館 2F 研修室2AB 講師: 三原 奈美先生



昨年度の様子

バランスボールを使った有酸素運動の指導や産後のママたちの心と身体のケアの講座です。子どもと一緒にバランスボールを使った運動に参加しながら一緒に楽しみましょう。

- *丹原公民館との共催活動です。
- *参加申し込みは7月11日(金)までとします。
- *運動しやすい服装で参加してください。(デニムはお勧めしません。)
- *素足で行います。(上履きは不要です。)
- 持ち物: 水分補給のお茶や水・タオル



赤ちゃん、どう遊ぶの?



子育てあれこれ

可愛い赤ちゃんの時期。じっと、赤ちゃんの表情を見ているだけでも癒されて、穏やかな時間が流れていきますよね。しかし、子育て真っ最中のお母さん達の中には、赤ちゃんどんな風に遊んだらいいのかかわからない、ということをよく耳にします。ある程度大きくなってきたら、大人の問いかけにしっかり言葉やしぐさで返してくれますが、赤ちゃんの時は難しいです。しかし、生まれたばかりの赤ちゃんもお母さんやお父さんの問いかけに反応する様子がないようにみえても、実はたくさんを感じ、赤ちゃんなりに反応しているのです。赤ちゃんの脳は1歳頃までに急速に成長していきます。生まれてからすぐにも、抱っこや声かけを中心とした遊びで好奇心を刺激することができます。毎日の遊びの中で、赤ちゃんの心と身体の発達を促す事ができたらうれしいですね。

生後1ヵ月の赤ちゃんとの遊びのアイデア

- 手のひらをツンツン
原始反射のひとつ、「把握反射」を体験してみてください。
- 顔のマネっこ
抱っこして座り、お母さんやお父さんの表情を反射的に真似します。「新生児模倣」と言いこの時期ならではの現象で、いろいろな表情を見せてくれます。

生後2ヶ月の赤ちゃんとの遊びのアイデア

- こちょこちょ遊び
スキンシップをとることで赤ちゃんはリラックスします。抱っこでゆらゆらもおススメです。

生後3ヶ月の赤ちゃんとの遊びアイデア

- 音の出るおもちゃ
音の出るおもちゃを赤ちゃんの傍で鳴らし、赤ちゃんが振り向いたら「おもちゃ見つけたね」と声をかけてあげるといいです。



さくらんぼっこのOne Shto



Birthday photo 🍰
お誕生日おめでとう ✨
Half Birthday も撮影
できます 😊
申し込み待ってます 🎵



0歳児! あつまれ!
好きな玩具や友だち
に興味を示して上手
にお喋りもしていま
した 😊



さくらんぼのつばき

老いては子(孫)に従え

5月31日、一週間延期になっていた孫の運動会に朝早く宇和島へ出かけた。運動会に行く直前に、娘は運動会終了後すぐ、上の子のサッカーの試合に直行するので、車を出して連れて帰って欲しいと言われる。それじゃあと、免許証や車のキーもリュックに入れて・・・と出かけた。年長になると、(といっても年長歴2ヶ月だが)安心して見ていられた。やるぞ!! 頑張るぞ!! の意気込みが感じられた。成長したな、と嬉しかった。昼食をファミリーレストランで食べて帰ることにした。友だちも来ていて嬉しそうだった。運動会のご褒美をコンビニで買う約束をお母さんとしていたので寄ってほしいと言われ、帰り道にあるコンビニで良いのか聞くと、反対方向のコンビニだと案内してくれた。残念ながら無かったのでお菓子を一つ買う。じゃあ帰ろう、とその時「えっ! 家の鍵!」バックに入れたまま! 娘のところに取りに行かないと家に入れない(°Д°)「サッカーの試合、小学校よね!」「違うよ、丸山よ!」「えっ!? 丸山のどこ!?」少々パニックになったが、とりあえず丸山公園をナビに入れて走らせる。孫が道案内してくれていたが近くになってナビ通りに走らせると、「違うよ、これじゃ帰り道もわからんけんね〜」と言われ、何回も来ている孫の言う通りに車を走らせると無事に着いた。駐車場の案内もバッチリ完璧! 「老いては孫に従え」だな。これから様々な経験を積み重ねていく孫たちから学ぶ事は多そうだ。また一つ成長を実感できて嬉しかった 😊

青野

運動会

5月25日、天気予報は絶望的な降水確率だったが前日の夜には雨が止み、早朝より保護者や地域の方が運動場の整備をしてくれたおかげで無事に開催できた。2年目の運動会ということもあり、流れも把握できていていろいろな事を運動会までに教えてくれた。「1位になりたいけん走る練習をする」という家の前でダッシュの練習を毎日していた。児童クラブに迎えに行った後、走り込みをする場所に着くと車から降り、私の「よい、ドン」の合図を待つ娘。早く帰りたい、体力がまだ余っているのか・・・(心の声)多い時には往復2本ダッシュ(°Д°)恐るべし子どもの体力。そのお陰か、全校リレーでバトンを渡された時には3着だったがそこから追いつきの1着でバトンをつなげ見事、娘のチームは1位 ✨ 娘のダッシュの練習は無駄ではなかった。と実感した。ダンスも自信たっぷり踊り、楽しそうで見ているこちらにも楽しくなった。学年が上がるごとに競技のレベルも上がりこれからもっと見ごたえのある運動会になるだろうな。母も地区対抗の綱引きに参加した。鉢巻を配られ頭に巻くとなぜだろう? 地区の人達みんな気合が入り私もこの歳で、本気になって綱を引いた。地面の状態は最悪で、泥んこ綱引きになったが(笑)これもいい思い出。

藤川