

# さくらんぼ つうしん

## 令和7年 8月号



今年は梅雨明けが例年以上に早く、驚きましたね。梅雨が明けると毎日暑く、熱中症に気をつけながら過ごしている毎日です。大人の不安をよそに子どもたちは毎日元気いっぱい!!暑くて思うように戸外で遊べない毎日…「今日は何をしよう?」と悩むことも多くなってくると思います。支援センターを利用して一緒に夏の遊びを楽しみませんか?



### 8月の予定

○さくらんぼルーム参加には登録が必要です。🎂は8月生まれの子の誕生日をします。

8月	月	火	水	木	金
Instagram 始めました😊 フォローお願いします❤️		さくらんぼルーム、🍒(さくらんぼの日)等の 申し込み受け付けは 7月15日(火)13:00~ とさせていただきます。			🍒 1 ハートフルママ 中川公民館 10:00~11:30
さくらんぼ ルーム① 9:30~12:00	4 	5 中川公民館	6 丹原公民館 こっころ♡	7 田野公民館	8 さくらんぼの部屋
	11 山の日	12 	13 	14 	15 
さくらんぼ ルーム② 9:30~12:00	18 	19 中川公民館 	20 丹原公民館 	21 田野公民館 	22 徳田公民館 
みんな! あつまれ! 10:00~11:30	25 西山学園 (水遊びを楽しもう)	26 丹原保育所 (砂場で遊ぼう)	27 中川さくら保育園 (プールで遊ぼう)	28 田野保育所 (プールで遊ぼう)	🍒 29  BirthdayPhoto

\*さくらんぼルーム①②…水遊びを楽しもう…公民館の駐車場広場にプールを設置して少し水を溜めて水遊びをします。水着、紫外線防止用Tシャツ(水着の上に着用)、タオル、帽子、お茶など用意して下さい。体調の把握は保護者の方が責任をもって行ってください。

※37.5℃以上の熱(平熱+1℃の熱)や鼻水が出ている場合は利用を控えて下さい。

\*みんな!あつまれ!…各園で遊び方が違います。水着や着替えなどの用意をお願いします。

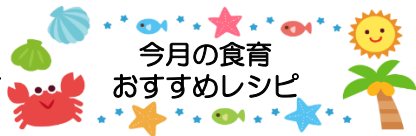
\*なかよし広場…暑いのでお休みです。

🍒…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

🎂…Birthday photo…さくらんぼの部屋にフォトスペースを作ります。

ハーフバースデーも撮影可能です。ぜひ申し込みして下さいね。

※8月8日(金)公民館が使用できないため、さくらんぼの部屋でさくらんぼルームを行います。  
内容は地域乳幼児相談です。



## 今月の食育 おすすめレシピ

### 夏野菜！

### とうもろこしスープ



小さめカップ 10 杯分

〈材料〉

とうもろこし	2本
たまねぎ	1個
水	適量
バター	10g
塩・こしょう	適量
牛乳	200cc
固形ブイヨン	1個

- ① とうもろこしは芯から実を削ぎ落とす。玉ねぎは薄めにスライスする。
- ② 鍋にバター(7,8か月頃からOK!)を入れ弱火にかけ、玉ねぎを炒める。しんなりしてきたらとうもろこしを入れる。
- ③ 具材がかぶるくらいの水をいれ、とうもろこしがやわらかくなるまで10分ほど煮る。
- ④ 粗熱が取れたら、煮汁ごとミキサーにかける。ここで離乳食は完了 ✨

大人用⇒スープにする分を鍋に戻し、鶏ガラや塩コショウで味付けをし、牛乳を加え、冷やして完成 🎵



## 今月の絵本 『すいか ごろごろ』



文：すとう あさえ  
絵：北村 裕花  
出版社：株式会社ほるぷ出版

おじいちゃんが畑で作ったすいかが届きました。さあ、どうしよう？ すいかの大きさ、重さ、色、味など丸ごと楽しめる絵本です。日本の豊かな季節を二十四節気の暦で味わう新シリーズ。すいかは大暑の時期になります。



## 健診のお知らせ

- 3か月児健診 8月26日 (西部保健センター)  
令和7年4月生まれ対象
- 1歳6か月児健診 8月20日 (西部保健センター)  
令和6年1月生まれ対象
- 3歳児健診 8月 5日 (西部保健センター)  
令和4年1月生まれ対象
- ハピすく相談室 8月27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

ちゃちゃつぼ ちゃつぼ  
ちゃつぼにゃ ふたがない  
そこを とってふたにしろ

\*左手を握りちゃつぼに見立てます。  
右手の平をふたにしたり、底に当てたりして、左右交代しながらリズムに合わせて繰り返します。  
最後の『ふたにしろ』でふたがしまっていたら成功です。



## 災害に対するお知らせ

○台風、大雨の季節です。警報などが出た場合は、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。

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



## ハートフル♡ママ

8月1日(金) 10:00~11:30

中川公民館 学習室2  
講師：黒坂 沙由里先生



今年度第四回目の『ハートフル・ママ』は、アロマで癒されましょう。  
アロマの話聞いて、防虫スプレーを作ります。

- \*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。
- \*ハートフル♡ママ=優しさがある、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。
- \*申し込みは7月15日(火)～ 準備の都合、先着10名とさせていただきます。



## 地域乳幼児相談

8月8日(金) 10:00~11:00

場所：中川さくら保育園 さくらんぼの部屋  
内容：ミニ講座『幼児の食事の基本について』



さくらんぼルームの時に、西条市保健師・管理栄養士による乳幼児相談会が行われます。  
個別での相談もしていただけますので是非参加してください。

\*申し込みは7月15日(火)～

## 朝ごはん一緒に食べていますか？



## 子育てあれこれ

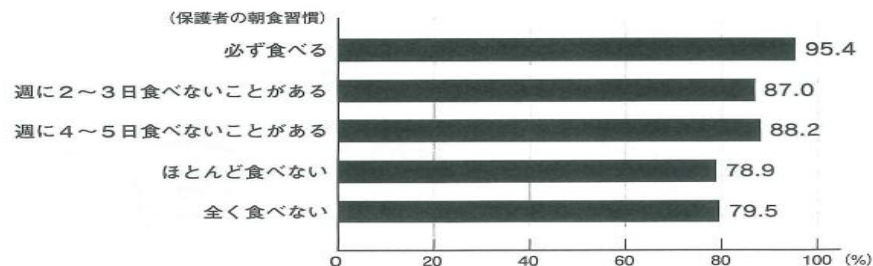
保護者が朝食を「必ず食べる」と子どもも95%が「必ず食べる」

朝食を必ず食べる子どもの割合を、保護者の朝食習慣別にみると、保護者が朝食を「必ず食べる」と回答した場合は「朝食を必ず食べる」子どもの割合が最も高く、95.4%を示した。一方、保護者が朝食を「ほとんど食べない」と回答した場合、朝食を必ず食べる子どもの割合は78.9%、「まったく食べない」と回答した場合は、75.9%とそれぞれ8割を下回っている。

保護者の朝食習慣の有無は、子どもの朝食習慣にとても影響していることがわかります。幼児期は、基本的な生活習慣を身につける大切な時期です。その大切な時期に保護者が朝食をとる姿を見せ、一緒に食べることを大切にしてほしいです。

『早寝』『早起き』『朝ごはん』小さな時から身につけていきたいですね ✨

保護者の朝食習慣別 朝食を必ず食べる子どもの割合 (回答者: 2~6歳児の保護者)



出典 厚生労働省「平成27年度乳幼児栄養調査」



# さくらんぼっこのOne Shto



Birthday photo 🍰  
 5月・6月生まれの  
 お友だちお誕生日  
 おめでとう ✨  
 Half Birthday も撮影  
 できます 😊  
 申し込み待ってます 🎵



お友だちと『一緒に♡』  
 がだんだんと上手にな  
 ってきている1・2歳児  
 さんです 😊  
 一人でじっくり遊びも  
 まだまだ大好きです(^)



ハートフル♡ママ  
 羊毛フェルトで  
 さくらんぼ 🍒 を  
 作ったよ 😊  
 オリジナルさくら  
 んぼです 🎵



## ● ● ● ● ● ● ● ● さくらんぼのつ ぶ や き ● ● ● ● ● ● ● ●

### ぬか漬け

私が小学生の頃、夏が来ると祖母がぬか漬けを食卓に揃えてくれていた。朝食食べる分は前日の夕方ぬか床に漬ける。時々手伝うことがあった。農家なので野菜はたくさん収穫できていた記憶がある。きゅうりは大きく育ちすぎて、縦半分に切って種をスプーンでのけて、塩をまぶして漬けていた。ぬか床は陶器のかめに作られていた。子どもながらに夏の漬物は美味しかった。小さい頃の記憶は忘れないものだな 😊 先日、スーパーの特売コーナーでぬか床を作れるぬかを売っていた。100円!! 失敗しても良いかと思い購入して帰り、早速作ってみた。私のぬか床はタッパーの中(^)漬ける野菜は家庭菜園で収穫したきゅうり、なすび。少しずつ収穫できていたのでぬか漬けの材料にちょうど良い。暑い日に、お茶漬けとぬか漬け。さっぱりして美味しい。今日、周ちゃん広場でうりを売っていた。祖母のぬか漬けにもうりがあったなあ 😊 ポリポリして美味しかったなあ。うりも100円!! 早速漬けてみよう 🙌 今年の夏も猛暑だ 😓 塩分を含んだぬか漬けで熱中症対策しながら元気に乗り切りたい。

青野

### 我が家のおこづかい制度～継続中～

3月から始めたおこづかい制度。お手伝いの数に応じて変動するお小遣い。最初の頃はやる気満々で自分のスケジュール帳にお手伝いしたよ! とシールを次から次へ貼っていた。5ヶ月近く経った今でも継続している。が! 月によってやる気のノリ変動がすごい。6月の給料日すら忘れていた娘。「全然お手伝いしていないけん少ないよ～」と自分で言っていた。なぜ、娘は余裕なのかということ? 大三島でもお手伝いで小遣い稼ぎをしているからだ・・・ATMならぬ、大三島貯金をしている娘。(笑) 大三島ではかなり頑張ってお手伝いをしているが家では全然だ(´ω`)家に置いてお金も「大三島に置いておく💡」と。結構お金が溜まっていくことが嬉しいようで、感心感心 ✨ しかし…最近、シール交換にハマっている娘。買い物へ行くたびに可愛いシールを見つけては「欲しい! 自分で買う!」と言っている。「お金、大三島に置いてるよね? 買えないね。」「後で返すけん!」交渉成立で買うのだが、返金時には「え～😓」とぶつぶつ言いながら渡してきた娘。(笑) お金の勉強はまだまだ続く… 💰

藤川

