



2024 子育て支援事業
おひさまだより

山本南保育園
宝塚市山本南1丁目33-5
TEL 0797-88-3111

秋の風が心地良い季節になりましたね。コスモスやどんぐり、まつぼっくりなど親子で秋見つけを楽しみながら、お越してくださいね。園庭でも柿やさつま芋などが実り、秋を感じて楽しんでいます。お待ちしております♪

月	火	水	木	金
				1 園庭開放(午前) 文化行事「エアリアルリング」
4 振替休日	5 園庭開放(午前) 赤ちゃん専用保育室開放 園庭開放(午後)	6	7 園庭開放(午前) 赤ちゃん専用保育室開放 園庭開放(午後)	8 園庭開放(午前)
11 園庭開放(午前)	12 園庭開放(午前) 赤ちゃん専用保育室開放 園庭開放(午後)	13 三園合同 公園で遊ぼう！	14 園庭開放(午前) 赤ちゃん専用保育室開放 園庭開放(午後)	15 園庭開放(午前) 文化行事 「国際交流会☆ピアノ演奏」
18 園庭開放(午前)	19 園庭開放(午前) 赤ちゃん専用保育室開放 園庭開放(午後)	20	21 園庭開放(午前) 赤ちゃん専用保育室開放 園庭開放(午後)	22 園庭開放(午前)
25 園庭開放(午前)	26 園庭開放(午前) 赤ちゃん専用保育室開放 園庭開放(午後)	27	28 園庭開放(午前) 赤ちゃん専用保育室開放 園庭開放(午後)	29 園庭開放(午前)

園庭開放	赤ちゃん専用保育室	<ul style="list-style-type: none"> 絵本の貸し出し(親子文庫の部屋)も行っております。 貸し出し時間 10:30~12:00(月・火・木・金) 14:30~16:00(火・木) 身体測定は25日~29日に行います。 育児相談も行っております。お気軽にお声かけください。
毎週 月・火・木・金曜日	毎週 火・木曜日	
10:30~12:00		
14:30~16:00(火・木のみ)	13:30~15:00	

<11月の予定> ※いずれも園庭、赤ちゃん開放時に受付します。

- 11/1(金)文化行事「エアリアルリング」 10:00~10:10頃 園庭にて 雨天の場合11/20(水)に延期
素敵な舞いを一緒に見学しませんか♪
- 11/13(水)地域三園合同「公園で遊ぼう！」 10:30~11:15 場所 当園にお問合せください 雨天中止
米谷保育所、平井保育所、山本南保育園のお友だちと一緒に、追いかけて玉入れやサーキット遊びなどをして
親子で楽しみましょう。
- 11/15(金)文化行事「国際交流会☆ピアノ演奏」 10:00~10:45 2階ホール 雨天決行
外国のお話や素敵な音楽の時間など親子で楽しみませんか♪ ピアノ奏者：ティルマン・クレーマー氏



<子育て支援事業利用時のお願い>

- 利用当日は親子ともに必ず検温をし、発熱(37.5度以上)や呼吸器症状がある場合は利用を控えてください。
- 事業の利用前後には、親子ともに石けんでの手洗いをしてください。

※雨天の場合、園庭開放は中止です。
※兵庫県南部・阪神・宝塚市のいずれかに暴風警報、大雨警報などの警報が一つでも発令されている場合、また、大雨特別警報(土砂災害警戒情報)が発令、避難勧告・避難指示が出ている場合も子育て支援事業はすべて中止になります。

☆子育てコラム「言葉がけ」ひとつで子どもが変わる

Q：子どもの困った行動「母親にまわりつく」

⇒「いつも母親にまわりつくようにして、そばから離れません。トイレにまでついてくることもあり、家事も全然はかどりません。」

A：いくら好かれている証だと言っても、いつときも子どもが離れないのは困ります。トイレなどどうしても離れなければならない時は、子どもに「待っててね」と言ってから離れるようにします。その時はいやがりますが、その後必ず戻ることで、「待っててね」の言葉を信頼するようになり、離れても安心するようになります。

例) × 「あっちへ行って!」「〇〇ちゃんがいたら何にもできないわ」などと否定的な苦情を言う。
○ 「ちょっと待っててね」「すぐ戻るからね」と言ってから離れるようにする。

母親から離れない子どもは母子関係が良好な証拠。離れたい時は、「待っててね」とやさしく言って堂々と離れ、待たせる時間を少しずつ長くしましょう。
元保育士・子どもコンサルタント 原坂一郎氏著より

<給食だより>

発酵食品で免疫力のバランスを整えよう

●発酵食品の上手な取り入れ方

1.毎日続けて食べる。

菌が腸内で活動できるのは3～4日とされています。調味料に味噌や醤油、酢を利用し、間食にヨーグルトやチーズを食べるなど、毎日の食生活になるべく取り入れましょう。

2.複数の食品を組み合わせる

様々な菌を体に取り入れるためには、複数の発酵食品を組み合わせることがオススメです。例：キムチ+納豆 / 酒粕+みりん

●発酵食品

・味噌 ・醤油 ・酢 ・ヨーグルト ・チーズ
・ぬか漬け ・キムチ ・納豆 ・生ハム ・烏龍茶 ・紅茶
・日本酒 ・ビール ・ワイン

今が旬のサンマについて

サンマはとても栄養価の高いお魚です。

園では毎年、幼児クラスの子どもたちは丸一匹焼いて食べています。お箸で苦戦しながらも自分で捌いて食べる姿が見られますよ♪

サンマにはEPAとDHAがたっぷり含まれています。

《EPA》抗血栓作用があり、血をサラサラにします。

《DHA》

イライラを抑え、精神の安定効果や、疲れた目を癒す効果に優れています。また、記憶学習力を高める効果も持つと言われてています。



子育て支援事業「おひさま」のルール

- ・年度初めに利用の登録をお願いしています。
- ・幼稚園などに所属していないお子様が対象となっています。
- ・駐車場が限られていますので、できるだけ徒歩でお願いします。(先着3台・事前予約制)
- ・お子様のケガ等につきましては一切責任を負いかねますので、危険のないよう保護者の方が責任を持って遊ばせてください。
- ・個人情報保護のため、園内ではカメラ、携帯等での写真、動画撮影はご遠慮ください。

●園庭でのお願い

- ・滑り台では、両手に物を持たず、滑る斜面から登ったり、その上で立ち上がらないでください。
- ・大型遊具の「うんてい」「八角ジム」「ジャングラミング」は高さがありますので、お子さんから離れないように安全に留意してください。
- ・芝生の上では大人も靴を脱いで、お子さんは素足になってください。
- ・水道、トイレはくま組(西側の部屋)とうさぎ組の間のトイレをご利用ください。

●室内でのお願い

- ・廊下や階段、室内では走らないようにしてください。床はフローリングで滑りやすくなっています。靴下は脱いでください。
- ・おもちゃなどを口に入れて誤飲することがないように、気をつけてください。

☆持ち物☆

帽子、着替え、タオル、お茶(ジュースやお菓子は持って来ないでください)

☆ホームページで「おひさまだより」をご覧いただけるようになりました♪

