

まんまるキッズ6月



業務内容: 育児相談 8:30~17:00
 (事前に連絡をいただくと
 確実に時間確保ができます。)
 プレイルーム開放
 9:00~12:00 14:00~16:00

令和7年5月28日発行
 鶴岡市大山2丁目20-1
 大山保育園 分園内
 おおやま子育て支援センター
 TEL 33-2778
 FAX 33-3048

園庭の木『とうかえで』の葉がそよそよと風に揺らんでいます。
 強い日差しから守ってくれる大きな樹は、木陰を作り年長児さんの奴振りの休憩の場
 になってくれます。

「せーおーやせ！」今年も元気いっばいな声。夏が始まってきました。



大山保育園の犬祭りを見よう

日時: 3日(火)
 10時頃~
 場所: 大山保育園
 分園 園庭
 対象: 興味のある方どなたでも
 * 当日参加もできますが、人数
 把握のため前日までお知らせ
 できる方はお願いします。

ヨガでリラックス

日時: 12日(木)
 10時~11時
 場所: 大山保育園
 分園ホール
 講師: 佐藤優美子氏
 会費: 500円
 持ち物: タオル、飲み物
 ヨガマット
 * ヨガマットない方は受付時
 お知らせください。
 託児: 定員に達しましたので
 締め切りました。

七夕飾りを作ろう①

日時: 16日(月)
 9:30~11:30
 内容: 服を着たままいつでも
 どこでも親子でマッサージ。
 パパも一緒にぜひどうぞ。
 『七夕飾りを作ろう②』
 日時: 7日(月) 9時半~
 場所: プレイルーム
 笹に吊るす飾りです。
 笹竹のプレゼントがあります。
 『ヨガでリラックス』
 日時: 10日(木) 10時~11時
 場所: 大山保育園分園ホール
 講師: 佐藤優美子氏
 会費: 500円・託児5名まで
 7月からプール遊びができます。
 詳細は裏面をご覧ください。

あそびの広場

日時: 19日(木)
 場所: 朝陽武道館
 内容: 親子でリトミック
 * 対象年齢で時間が違います。
 詳細、申し込みのおたよりを
 あります。おたずねください。

各行事のお問合せ
 申し込みは全て電話か
 来所をお願いします。

6月・プレイルームカレンダー

月曜~金曜 9:00~12:00
 14:00~16:00

すくすくチェック今月は
 4日(水)です。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
		大山保育園 犬祭り	 すくすくチェック			『離乳食 試食会』
8	9	10	11	12	13	14
				『ヨガで リラックス』		
15	16	17	18	19	20	21
	『七夕飾りを 作ろう①』		大山育児相談 わいわいルーム	『あそびの 広場』		
22	23	24	25	26	27	28
			西郷育児相談 つきみクラブ			
29	30	『子育てママ 温泉でリフレッシュ』			絵本の日	体操の日



す
プ
レ
日
お
イ
気
ル
木
軽
ム
に
ど
う
ぞ
。
5
日
一
木
も
普
段
通
り
ま
り

教えて



離乳食

バナナ



栄養バランスに優れたバナナには、ビタミンやミネラルなど
 育ち盛りのお子さんの一日の食事に不足しがちな栄養が豊
 富に含まれています。さらに皮がむきやすく、すぐに食べる
 ことができます。お子さんが喜ぶ焼き菓子などのデザートにも
 手軽に活用できるので、甘くて美味しく食べやすいバナナを
 おやつ代わりに、手軽に栄養補給しましょう。

柔らかいバナナは温めたり、すりつぶしたりと
 調理しやすく離乳食に適した食べ物です。生後
 5~6か月頃から食べさせることができます。
 赤ちゃんの成長に欠かせない
 発育を助ける・骨や歯の形成・血や肉になる
 栄養素がバランスよく豊富に含まれています。
 離乳初期はレンジなどで加熱しつぶしたバナナ
 を、赤ちゃんの様子を見ながら最初は小さじ1
 杯の量から始めて少しずつ量を増やしていき
 ましょう。
 ※アレルギー反応が出ることもあります。
 アレルギー反応が出たらすぐに病院に行けるよう平
 日の午前と与えるようにしましょう。初めての食材
 を与える時には、赤ちゃんの様子をしっかりと観察
 しておきましょう。



ナースさとみの元気の素コーナー こどもの紫外線対策

子どもの日光浴は推奨されていますが、紫外線対策がいらないわけでは
 ありません。
 日光にあたることで骨を作るために必要なビタミンDが体で生成されま
 す。しかし、そのために必要な日光は、1日のうち15分程度(散歩や
 おでかけ程度)でじゅうぶん。
 将来的に紫外線によって引き起こされる皮膚老化、皮膚がんなどのリス
 クを増やさないためにも赤ちゃんのうちから日焼けしすぎないように
 注意することは大切です。
 * 日焼けしすぎないように注意するには?
 ● 時間帯・・・1日の中で紫外線が強い10時~14時は戸外活動はできる
 だけ控えましょう。
 ● 場所・・・日陰で遊べるように、ひさし、パラソルなど活用しましょう。
 ● 帽子や衣類・・・つばの広い帽子、肌の露出が少なく、紫外線を反射
 しやすい色の衣類を着ましょう。
 UVカットの効果のある繊維の衣類の活用もいいですね。
 ● 日焼け止め・・・たくさんの種類がありますので、生後3ヶ月頃から
 は低刺激性のベビー用や子ども用を選んで使用しましょう。
 * 日焼け止め使用時の注意点
 ・ 肌に塗る際、うすく伸ばしすぎると期待している効果が
 得られないので注意しましょう。
 ・ ぬり薬や虫よけスプレーと併用する場合は、ぬり薬→
 日焼け止め→虫よけスプレーの順番で使用しましょう。





7月、8月はちっちゃなプールで 水遊びができます！



日時 7月1日（火）～8月28日（木）までの
（火）（木）（金） 10時～11時半

場所 おおやま子育て支援センター プレイルーム庭

- 持ち物
- ・おむつ使用のお子さんは水遊び用の紙パンツ
おむつが外れたお子さんは水着
 - ・紫外線予防、虫よけのため上にTシャツやラッシュガードがあると、尚よいかと思います。
 - ・タオル
 - ・大人の方も帽子、タオル、虫よけ、UV対策をお願いします。

- ★お座りが安定してきたお子さんから水遊びができます。
- ★発熱、咳、鼻水、下痢、とびひなど感染症の時は完治してから利用してください。
- ★ホクナリンテープはプール内ではがれると誤飲の危険があるため、貼っているお子さんは利用できません。
- ★人数が多い場合は順番を待ついただくことがあります。
- ★プールの温水は30分前にピューラックス（乳幼児の肌に安全なものです）を使用し、消毒をします。



天気が良ければ水遊びができますが
熱中症のリスクが高まる気温や湿度などが高い場合は
（暑さ指数が28度以上になった時）中止とさせていただきます。ご了承ください。

