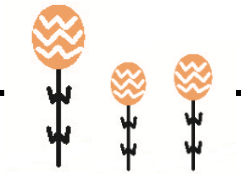
つくしんぼ通信 11 月号

中島ゆうし保育園　子育てひろば　　2022.11.1（火）
稲城市矢野口 256　TEL　042-377-3725　FAX　042-379-5725
http://www.nakajimayuushi.ed.jp/
e-mail　kosodate@nakajimayuushi.ed.jp



◎お知らせ

感染症対策のため、変更する可能性があります。
ＨＰで最新の情報をご確認ください。

◎開放やつどいに参加の方へのお願い

インターフォンを押してください。非接触型体温計で測定します。
37、5℃以上の方は、ご参加できませんので、ご了承ください。

こちらから、
稲城市の地域カレンダー
(地域の遊びの情報)のＨＰが
ご覧になれます。

こちらから、
中島ゆうし保育園のＨＰが
ご覧になれます。

育児相談のお知らせ

中島ゆうし保育園では、子育てのことでお悩みの方に保育士・看護師・栄養士が育児のアドバイスをさせて頂いております。お気軽にご相談ください。

受付：月曜日～金曜日　　時間：９時～16 時まで

保育園においで頂いての相談はもちろん、電話やメールでもお受けします。
ご来園の際は、事前にお電話でご予約ください。

✻園庭開放✻

11 月の園庭開放は、

10 日（木）、17 日（木）、24 日（木）です。

【時間】12:00～15:00　※14:45 にはお片づけを始めます。

✻室内開放✻

11 月の室内開放は、

1 日(火)、4 日(金)、8 日(火)、11 日(金)、15 日(火)、29 日(火)

です。

【時間】9:30～12:30　　【場所】3 階多目的ホール

（当園玄関より、外階段からおあがりください）　※12:15 には、お片付けを始めます。

室内開放は、完全予約制となっております。　予約受付時間：【平日】12:30~17:00

✻室内開放の日には・・・✻

保育士からのミニシアター・保育所体験・ベビーマッサージ・栄養士講座・ルントカフェ等を予定しております。

＊日程は、ＨＰや掲示でご確認ください。

✻食育動画　配信✻

調理室よりお届けしています。
HP をご覧ください。

✻つくしの会・すぎなの会✻

◎予約受付時間

＊月曜日から金曜日までの 9:00～17:00 です。
＊毎月 1 日からつどい前日の 17:00 までが受付になります。
（1 日が土日祝日の場合は、翌日又は月曜日から受付になります。）

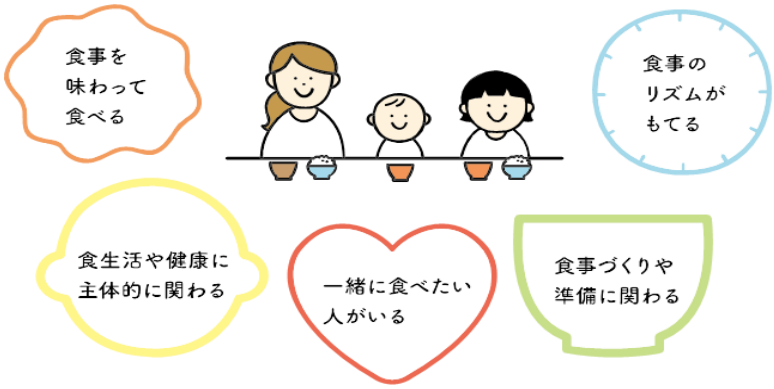
◎申し込み方法

電話又は、開放にお越しの際にお申し込み下さい。
※ご予約は定員になり次第締め切らせていただきます。キャンセルの場合は、お電話にてご連絡下さい。なお一人で複数の方のご予約はご遠慮下さい。

	2023．4．1までに
0 歳児	1 歳のお誕生日がくるお子さん
1 歳児	2歳のお誕生日がくるお子さん
2 歳児	3歳のお誕生日がくるお子さん

食事を楽しむ５つのポイント

乳幼児期は、生涯にわたり続く「食生活」のスタート地点となる大切な時期です。この時期には、はじめての食べ物に挑戦しながら「食べることが楽しい！」という気持ちを育てることが大切です。今回は、意欲的に楽しく食べる子どもに成長していくために、大切な５つのポイントをお伝えします。



『食を通じた子供の健全育成（ーいわゆる「食育」の視点からー）のあり方に関する検討会』報告書より（厚生労働省）

★食事を味わって食べる

おいしい！と感じるためには、食べる体験を通して、見た目、味、匂い、食感などに慣れることが大切です。離乳期からいろいろな食品に親しみ、繰り返し食べ慣れることで、子どもが自らおいしさを発見し、意欲的に食べることができるようになります。大人が楽しく食べる姿を積極的に子どもに見せてあげましょう。

★食事のリズムがもてる

生活のリズムを調えて、ぐっすり眠り、たっぷり遊び、空腹を感じられるようなメリハリのある生活を心がけましょう。子どもの食べられる量によって食事回数が異なることがありますが、大切なのはリズムです。規則正しい生活の中で、食事を楽しみましょう。

★食事づくりや準備に関わる

食事づくりや手伝いは「食を営む力」を高めるだけでなく、マナーや食習慣、地域ならではの風習を覚え、コミュニケーションの基礎を築く良い機会です。買い物や料理、栽培や収穫など、食事に関わる魅力的な体験を通して、より主体的に食事を楽しむことができます。

★一緒に食べたい人がいる

「お友だちやみんなで食べるとおいしい！」と感じるのは、人と食べ物を通して共感できるからです。お友だちや周囲の大人との穏やかな食事を経験することで、安心感や信頼感を深めることができます。また、子どもにとって、毎日の食事は「食べる練習」の場です。お友だちの食べる姿に影響を受けながら自ら進んで食べようとする意欲が育ちます。

★食生活や健康に主体的に関わる

乳幼児期は、生活と遊びの中で、食べたいものを話したり、食べ物や体の話題に触れたりすることで、食べ物に興味と関心を持つようになります。生きる源となる「食」を生活の中心において、楽しむことが健康につながります。

「児童虐待防止推進月間」

たたかれていい子どもなんて、いないんだよ

～子どもの権利が尊重される子育ての実現のために～

厚生労働省では、毎年 11 月を「児童虐待防止推進月間」と定め、児童虐待問題に対する社会的関心の喚起を図るため、集中的な広報・啓発活動を実施しています。

「もしかして？」　ためらわないで　１８９（いちはやく）！

児童相談所虐待対応ダイヤル

～　子育て応援のご紹介　～

子育てを頑張るのは、とても大変なことです。子育ての大変さを保護者だけで抱えるのではなく、少しでも困ったことがあれば、まずは、市の子育て相談窓口や保健センターに連絡してみませんか？もちろん保育園の職員にもいつでも相談してください。

△子どもと子育て家庭の総合相談▽

- **子ども家庭支援センター**

  〇電話で　月～金曜日（祝日・年末年始を除く）　8:30～17:00

  〇来園で（電話予約）　☎042-378-6366

  東長沼 2115-2　３階（本郷ゆうし保育園の３階）

  〇メールで　子ども家庭支援センターHP のメール相談フォームから

- **子ども家庭支援センター　向陽台分室**

  稲城市向陽台 3-2　向陽台小学校敷地内（バス「向陽台」下車すぐ）

  ☎042-370-0106

△教育委員会で行っている相談▽

- **中央教育相談室（月曜日・金曜日）**

  東長沼 2111（中央文化センター横）

  ☎042-378-2110

- **ふれんど平尾教育相談室（火曜日・水曜日・木曜日）**

  平尾 1-9-1（複合施設ふれんど平尾内）

  ☎042-331-6686

稲城の子育てに関する情報誌『2022 いなぎ子育てブック』

https://www.city.inagi.tokyo.jp/kosodate/kodomoshien_center/oshirase/kosodateguide.files/2022_inagikosodatebook.pdf

稲城子育て情報サイト『いこねっと』子育てイベントカレンダーやママたちの市民グループ活動など情報満載

https://ico-net.info/