

はげたき

第24号
 平成26年12月発行
 認定こども園 つばさ
 東彼杵中央幼稚園
 子育て支援 つばさ
 TEL:0957-47-0648
 FAX:0957-46-1744



今年もあとわずかとなり、行きつ戻りつ寒さが近づいてきました。子ども達にとっては、楽しい年末年始ですが、栄養休養のバランスを保ちつつ、元気に過ごしたいものですね。新しい年もお子さんとお母様方の笑顔のお手伝いをしてきたいと思ひます。



秋の写真館



ハンドクリーム作り



英語遊び



体育遊び



野岳湖散策



もちこね会



パン作り



親子体験教室

担当がかわりました
 10月より米田が産休のため、子育て支援の担当をさせていただきます。
 責 任(みつぎ のぶ)です。
 小学3年~2歳までの、4人の母親で、お母様方の子育ての喜びや悩みに寄り添いながら、サポートできればと思っています。お気軽に話しかけて下さいね。よろしくお願ひします。

アロマとスキンケアで風邪対策

外が乾燥し、冷たい風が引き出す季節到来です。マスクをしている人も多くなりましたね。空気の乾燥でウイルスが付着しやすくなっています。手洗いうがい、睡眠をたっぷり取る、バランスの良い食事を心がけるなど、一般的に行われている風邪予防を日課にしながら、アロマテラピーとタッチケアをプラスしてみませんか？

①空気を綺麗にする精油

★ティートリー ★ラベンダー ★サンダルウッド ★スイートオレンジ ★レモン

芳香器を使った方法 手軽な方法 鼻や喉が辛いとき

- アロマポット
- アロマランプ
- アロマブリーズ
- アロマフューザー
- アロマミスト
- アロマ加湿器

どの芳香器も、付属の説明書にしたがって、正しくお使い下さい。

ハンカチ・ティッシュに精油を1~2滴たらして、香りを楽しむ。
 また、応用として、マスクに精油をたらす方法もあります。

柑橘系の精油など、種類によってはシミが出来るものもあるので、肌につかないように気をつけましょう。

マグカップにお湯を注ぎ、精油を1~2滴たらして、立ち上がる蒸気を吸い込む。

喉や鼻が辛いときに、とても役に立ちます。



②ぬくもりを伝えるタッチケア

お子様の普段の様子を感じるのには、触れることが一番だと思います。元気なときの様子や状態を、「手の触れる感覚」の中で、知っておくことというのは、小さな変化にも気がつきやすくなります。

いつもより甘えてくる、ぐずる、食欲がない、夜中に何度も起きるなどの時、お腹の柔らかさ、手足の温かさ、背中の張り、皮膚の乾燥、表情など、ママの手がお子様の状態を覚え、手のぬくもりが不調を癒すのです。

わらべうたの「いっぽんばしこちょこちょ」など親子のふれあいタイムを取られるのもいいですね。



★ホットタイムでは毎月の誕生日の紹介を致しますのでお子様の誕生日を早目にお知らせ下さい。

★ヨガ教室の時の託児希望の方は、子どもさんの着替えやおやつ・飲み物などの準備をお願いします。持ち物には全て記名をしてください。

★キャンセル待ちの方がいることがありますので、キャンセルはお早めにご連絡下さい。

★講師の先生に失礼になりますので、時間厳守を心がけていただきますよう、宜しくお願い致します。

①おあそびパークについて

★1/20(火)新聞遊び

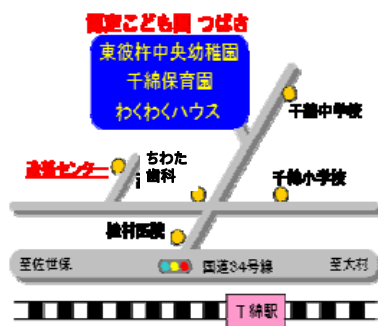
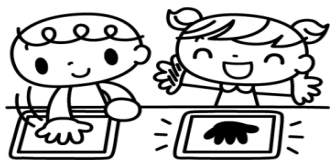
寒くてなかなか外で体を動かせない冬。お部屋で新聞をびりびりして、ママもみんなもストレス発散しましょう!!

★2/16(月)木工で車を作ろう

簡単な木のおもちゃと一緒に作りましょう。初めての作業もお母さんやお友達となら楽しいですね。(持参品) かなづち

★3/20(金)手型取り・身体測定

年度の終わりにどのくらい大きくなったかな〜?と測って記録します。家庭保育の今を記録に残しませんか?



予約連絡先 ☎859-3928
長崎県東彼杵郡東彼杵町
平似田郷702番
東彼杵中央幼稚園

TEL: 0957-47-0648

行事名	対象	日にち			内容	場所	時間	備考
		1月	2月	3月				
ひよこ・ちびっこクラブ	1~5歳児	16日(金)			かるた製作	わくわくほうす	10:00~11:30	お気軽に遊びに来てください♪
			2日(月)		鬼のお面作り			
				13日(金)	コーナー遊び			
おあそびパーク	親子	20日(火)			新聞遊び	わくわくほうす	10:00~11:30	左記①参照
			16日(月)		木工で車を作ろう			
				20日(金)	手型取り&身体測定			
ホットタイム	親子	23日(金)	23日(月)		毎月の誕生日会・お茶会	わくわくほうす	10:00~11:30	100円徴収いたします
親子体験教室	親子		20日(金)		0・1・2才児クラス	保育園園舎	9:30~11:00予定	下記②参照
体育遊び	0~5歳児	21日(水)	25日(水)	18日(水)	内村周子先生による体育遊び	保育園ホール	10:00~11:00	動きやすい服装でご参加下さい。裸足で行います。
ヘルシークッキング	母親	9日(金)	6日(金)	6日(金)	西坂知江子先生によるクッキング	改善センター調理室	10:00~12:00	エプロン・三角巾を持参して下さい。(100円徴収)
ハンドメイド	母親		4日(水)		リップクリーム作り	わくわくほうす	10:00~11:00	下記③参照
				17日(火)	スタンプdeバッグ		10:00~12:00	
ヨガ教室	母親	26(月)		2日(月)	高見千鶴子先生のヨガ教室	改善センター2階和室	10:00~11:30	ヨガマット(バスタオル可)・飲み物を持参下さい。
マミースクール	親子	28(水)			わらべ歌	わくわくほうす	10:00~11:00	下記④参照
	親子			12日(木)	桶谷式母乳講演	わくわくほうす	10:00~11:30	
エコクラブ	親子		9日(月)		みそ作り	わくわくほうす集合	9:45~11:30	下記⑤参照
はげたき隊!	親子	13.14日			レッスンバックor巾着作り	わくわくほうす	10:00~12:00	下記⑥参照
			17日(火)		バレンタインチョコ作り	わくわくほうす		
				3日(火)	カップちらし寿司作り	わくわくほうす		
青空保育	親子			23日(月)	アンパンマン号に乗ろう&園庭遊び	わくわくほうす集合	10:00~11:00	雨の日はわくわくほうすです遊ばししょう。
えほんの会	親子	30日(金)			パネルシアター他	わくわくほうす	10:00~11:00	ボランティアクジラっこさんに来て頂きます
	親子		26日(木)		えほんの読み語り	わくわくほうす	10:00~11:00	お気軽に遊びに来てください♪

②2/20(金)

親子体験教室について

当園の教室に親子で参加できます。お子様と同年齢のクラスに入り、園での活動を実際に体験することができます。

0歳児(H25.4~H26.3生まれ) 2名
1歳児(H24.4~H25.3生まれ) 2名
2歳児(H23.4~H24.3生まれ) 2名

2歳児のみ給食試食があります。(給食代100円/お箸・コップ・おしぼり持参)

尚兄弟が当園に通園していない方、未体験の方が優先となりますのでご了承下さい。

予約受付時間2/3(火)10:00~お電話のみの受付です。



③ハンドメイドについて

★2/4(水)リップクリーム作り

アロマセラピストの先生に来ていただいて、ロに入れても安心安全なリップクリームを作ります。もちろん、小さなお子さんに付けても大丈夫です。先着10名様(1,000円徴収)

★3/17(火)スタンプdeバッグ作り
無地のバックに布用のスタンプを押してオリジナルのマイバックを作ります。先着8名様(100円徴収)



④マミースクールについて

★1/28(水)わらべうた

親子のスキンシップに、もってこいのわらべうた。でも、なかなか歌を知らない方が多いと思います。懐かしいメロディーに乗って親子のふれあいタイムをすごしませんか?



★3/12

桶谷式母乳講演

佐世保のコスモス母乳育児研究所の先生をお招きし、おっぱいのこと全般についてお話頂きます。卒乳についてもお答えくださるので、おっぱいのナゾを聞きに来ませんか?

⑤2/9(月)エコクラブについて

【みそ作り】先着15名様限定(200円徴収)

生田先生宅で、愛情いっぱい無添加手作りみそを作ります。◎手に傷があったり、マニキュアをされてる方は、衛生上ご遠慮下さい。9:45になったら乗り合わせて出発しますので、時間厳守をお願いします! 未経験の方が優先となります。(持参品)エプロン、三角巾

⑥はげたき隊!について

★1/13,14(火,水)レッスンバックor巾着作り (先着10名様)
新学期に向けてどちらかを作ります。レッスンバックは、表裏それぞれ45×60センチ程とアクリルテープ80センチ程、巾着は作りたいサイズで布と紐をご用意下さい。(持参品) 裁縫道具、(お持ちの方は)ミシン

★2/17(火)バレンタインチョコ作り(100円徴収) (先着10名様)
バレンタインからはちよっと遅くなりますが、甘い香りに包まれながら、ゆっくりチョコタイムを過ごしましょう。(持参品) エプロン、三角巾

★3/3(火)カップちらし寿司作り(100円徴収) (先着10名様)
ひなまつりのお祝いに、お寿司を作りましょう。出来上がったら、みんなでしゃべりながらひな祭りパーティーをしましょう。(持参品)エプロン、三角巾