

聖ヶ丘子育て支援センター

<問い合わせ> 聖ヶ丘保育園 TEL 689-8721 (9:00~15:00)

12月の行事予定

	月	火	水	木	金	土	日
午前	~お願い~ ・必ずマスクの着用をお願いします。 ・来園前に検温してからお越しください。 ・ご家族に体調のすぐれない方がいる場合は来室をご遠慮ください。			1 室内開放	2 室内開放 ☆あかちゃんの日	3	4
午後				休み	休み		
午前	5	6	7	8	9	10	11
午後						休み	休み
午前	12親子教室 (2歳児)	13親子教室 (2歳児)	14	15 サークル	16 (園行事の為駐車不可)	17	18
午後	サークル	室内開放	♪育児講座 (クリスマス会)			休み	休み
午前	19親子教室 (2歳児)	20親子教室 (2歳児)	21 ♪親子の広場 (日吉台公民館)	22室内開放 (身体計測)	23	24	25
午後	サークル	室内開放 ☆あかちゃんの日				休み	休み
午前	26 室内開放	27 サークル	28 室内開放	29 休み	30 休み	31	
午後						休み	

◎親子教室・育児講座は事前の申し込みが必要です。

☆ふれあいデー☆

- ・園庭開放...毎日行っています。雨天時中止。
9:00~12:00 12:00~15:00
(事前予約は要りません)
- ・室内開放...上記予定表をご確認ください。
午前の部→9:00~12:00 午後の部→13:00~15:00
各回13組 予約優先制 複数回予約可
申し込み方法:電話(689-8721)9時~15時
- ・サークル...予定表のサークル日をご確認の上、お申込みください。
午前の部→9:30~11:00 午後の部→13:30~15:00

☆今月の予定☆

- ♪出前広場...予約優先制:13組 赤ちゃんも大歓迎♪
 - ・親子の広場(日吉台公民館)
日時:12月21日(水)10時30分~11時30分
支援センターのおもちゃを持って遊びに行きます。
ダンスやお話もあります。
 - ♪育児講座
 - ・クリスマス会
日時:12月14日(水) 13時~14時
詳細はカレンダー11月号またはセンター掲示板をご覧ください。
- ◎幼稚園・保育園に通われているお友達はご遠慮ください。

☆1月の予定☆

- ♪出前広場 10時30分~11時30分
親子の広場(日吉台公民館) 1月18日(水)
- ♪音楽公演 1月23日(月) 10時~11時
対象:0歳から就園前の乳幼児とその保護者
定員:20組(申し込み順)
受付開始日:1月10日(火) 13時~

◎幼稚園・保育園に通われているお友達はご遠慮ください。



ピョンタレター

社会福祉法人たつみ会
 聖ヶ丘保育園 こども未来学舎
 聖ヶ丘子育て支援センター
 2022年12月

大人には気ぜわしい師走ですが、子ども達にとってはクリスマスやお餅つきなど楽しい行事が続きます。支援センターでも今月の育児講座14日(水)にクリスマス会があります。クリスマスのお話や帽子作りを楽しみましょう！！ぜひご参加お待ちしております。

食育

旬の果物 ぼんかん&きんかん

【ぼんかん】原産地インドの地名「Poona」とかんきつ類の「かん」から名づけられたといわれています。外皮は硬そうに見えますが手でむきやすく、薄皮ごと食べられます。ビタミンC・クエン酸が豊富で、薄皮には食物繊維が多く含まれています。
 【きんかん】へたと種以外は丸ごと生で食べられます。果物の中では比較的多くカルシウムを含み、外皮にはビタミンCが豊富です。甘露煮やマーマレードにしてお菓子作りに利用してもよいですね。

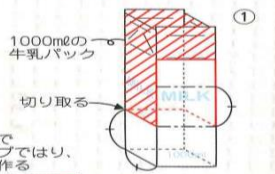
12月2日(金)、20日(火)は0歳児(R3年4月2日～)のあかちゃん対象の室内開放日です。ゆったりと室内であそぶことが出来ます。また月齢の近いお子さまを育てている保護者さま同士、色んなお話をしながら楽しいひと時を過ごしませんか？

手作りおもちゃ「牛乳パックでループボックス」

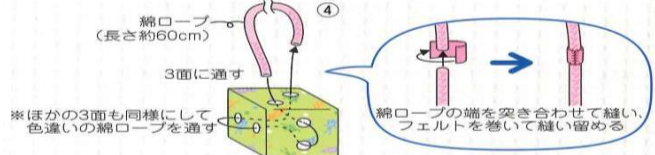
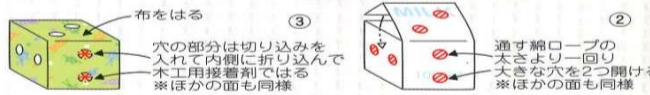
牛乳パックに穴を開けて綿ロープを通しました♪こちらを引っ張ると、あちらが縮んで、、、色の違うひもを使うと見た目もカラフルで楽しいですよ！！



ループボックスの作り方



折り込んでガムテープではり、立方体を作る



保健だより



ウイルスがきらいなことって？

ウイルスがきらいなことを考えてみよう。
 みんなで実行すれば、
 ウイルスに負けず元気に過ごせるはず！

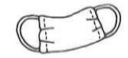
手洗い

石けんを使って25秒ほど洗えば、約百万個のウイルスを数百個にまで減らせます



マスク

しぶきと一緒に広がるウイルスをとじこめます



適度な湿度

インフルエンザウイルスなら、湿度50～60%で感染力が弱まります



こまめな換気

空気を入れ替えて、室内のウイルスを追いかえます



12月21日 冬至の風習

1年でもっとも昼が短く、夜が長い冬至には、昔ながらの習わしがあります。

ゆず湯でカゼ知らず？

お風呂にゆずを浮かべるゆず湯は、「冬至に入るとカゼをひかない」と言われています。血行をよくする働きがあり、体を温めてくれます。



「ん」のつく食べ物で運氣アップ？

冬至を境に日がのびることから運氣上昇の日とも考えられています。それにちなんで風習が、運が向くように「ん」のつく食べ物を食べる。特に「ん」が2つつく南瓜、人参、れんこんなどはより運氣が上がるのだとか。ぜひ、おうちで取り入れてみましょう。



今月のおやつ「抹茶スコーン」

材料

- 小麦粉 300g
- BP 13g
- 牛乳 60cc
- 砂糖 85g
- 抹茶パウダー 4g

- ① バターを常温に戻しておく。バターと砂糖を白っぽくなるまで混ぜる。
- ② ①に卵・牛乳を入れる。
- ③ ②に小麦粉・BP・抹茶パウダーを振るいながら入れて混ぜる。
- ④ ③を適当な大きさにして、180℃のオーブンで15分焼いたら出来上がり！！