

# 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)

## 3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 サークル	2 ♪育児講座 (ひな祭りの集い)	3 (園行事の為駐車不可)	4	5
午後						休み	休み
午前	6	7 サークル	8 室内開放	9 サークル	10 室内開放 ☆あかちゃんの日☆	11	12
午後		サークル		サークル		休み	休み
午前	13	14	15 ♪親子の広場 (日吉台公民館)	16	17	18	19
午後						休み	休み
午前	20 室内開放	21 春分の日	22室内開放 (身体計測)	23 サークル	24 サークル	25	26
午後	サークル	(休園)		室内開放 ☆あかちゃんの日☆		休み	休み
午前	27 サークル	28 室内開放	29 サークル	30 室内開放	31 サークル		
午後		サークル					

◎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15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:15組 あかちゃんも大歓迎♪
- ・親子の広場(日吉台公民館)  
日時:3月15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 ひなまつりの集い  
日時:3月2日(木) 10時~11時  
受付開始日:2月16日(木) 13時~  
対象:0歳から3歳の就園前の幼児とその保護者  
定員:20組(申込み順)
- ◎幼稚園・保育園に通われているお友達はご遠慮ください。

### ☆4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) 4月19日(水)
- ♪4月12日(水) ベビーマッサージ 10時~11時  
対象:3ヶ月から11ヶ月の乳児とその保護者  
定員:20組(申込み順)  
受付開始日:3月16日(木) 13時~
- ♪4月17日(月) 移動動物園 11時~12時  
対象:0歳から就園前の乳幼児とその保護者  
定員:20組(申込み順)  
受付開始日:4月3日(月)13時~

### ☆親子教室のご案内☆

- 赤ちゃんサロン (全5回)  
対象:R4年4月2日~7月31日生まれ  
日時:4月11日~5月16日  
4月13日~5月18日  
9:30~11:00  
申し込み方法・詳細は広報3月号  
もしくはセンターへお問い合わせ下さい



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  
 2023年3月

厳しい寒さも和らぎ、春の陽気を感じられる季節となりました。早いもので今年度も残り1か月です。多くの親御さん、お子さんと繋がりあえたことに感謝いっぱいです。今月の育児講座は2日(木)にひなまつりの集いがあります。おひな様の飾り作りやお話が楽しめます。ぜひご参加ください。

### 食材クイズ

**食物繊維豊富で便秘に効果的な野菜は?**

春になると土の中からニョッキと出てきて、子どものときは食べられるけど、大人になると食べられない野菜はなに?(ヒント:大人になると竹になるよ)

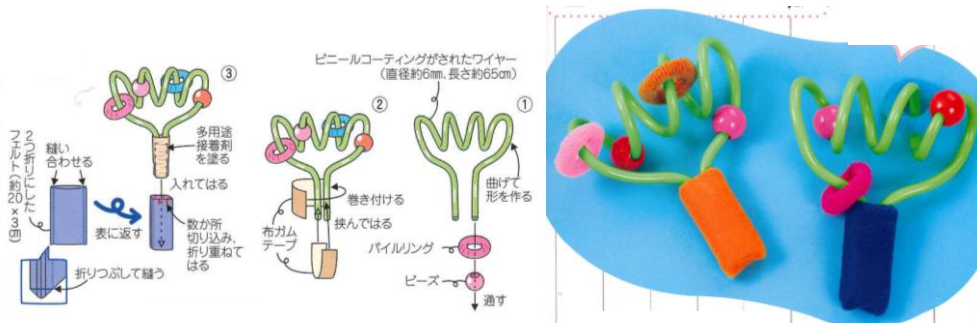
①アスパラガス ②たけのこ ③だいこん

答え:②たけのこ 食物繊維が豊富なので、便秘解消におすすめ。皮が少し湿っていて、つやがある物を選びましょう。

3月10日(金)、3日23(木)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できます。また月齢の近いお子さまを育てている保護者さま同士、色んなお話をして楽しいひと時を過ごしませんか?

### 手作りおもちゃ「手で持つルーフコースター」

指先でつまんだり、持って動かしたりしながら遊ぶおもちゃです。ワイヤーに通したビーズやヘアゴムに触れながら楽しむことができます。また手元で遊べる大きさなので持ち運びにもピッタリです♪



## 保健だより



### 小さなからだ みんなで守って

手洗い・マスクなどの感染症対策。小さなお子さんには、まだまだ難しい面があります。さらに、こんな特徴も…

**感染症**に  
かかりやすい  
胎盤を通して受け取っていた免疫が、生後数カ月から減少してくる

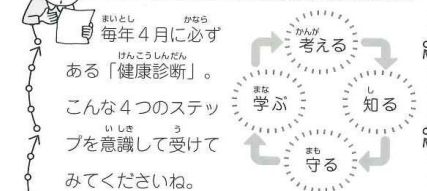
**呼吸困難**に  
なりやすい  
鼻道や気道が狭いため、少しの腫れで息苦しくなりやすい

**脱水症**を  
起こしやすい  
1日に必要な水分量が多く、発熱や下痢によって脱水になりやすい

小さなからだの異変に、早めに気づいてあげてくださいね。そして、おうちの方が健康でいることも大切です。バランスのいい食事や生活リズムの見直しなど、家族みんなで取り組んでください。



### 健康診断 4つのステップ



**考える** 保健調査票を記入して、ふだんの健康の様子をふり返りましょう。

**知る** いろいろな検査や検診で、自分の成長や健康の様子を知りましょう。

**守る** 詳しい診察や検査が必要なときはきちんと受けて、自分の健康を守りましょう。

**学ぶ** より健康に過ごすために必要なことを学んでいきましょう。

みなさんの健康への興味がアップすればうれしいです。



### 今月のおやつ「いちご蒸しパン」

- <材料> (6個分)**
- いちご 6個
  - 薄力粉 50g
  - 砂糖 10g
  - ベーキングパウダ

- いちごをフォークでつぶす。
- ボウルに薄力粉、砂糖、ベーキングパウダーと水を入れ、混ぜる。そこにいちごを入れてよく混ぜる。
- カップに流し入れ、電子レンジで加熱して出来上がり。