

ぴよんぴよん通信 8月

vol.109 2022・8

発行者
日立市社会福祉協議会
十王子どもの広場
南部子どもの広場
問合せ先 37-1122



夏の暑さが続いています、木陰では爽やかな風が吹いて
来ます。まだまだ暑い日が続きますが、夏ならではの経験を子どもたちと一緒に
楽しんでいきたいですね！



新型コロナウイルス感染症の拡大を防止する観点から、当面の間、子どもの広場の利用方法を下記のとおりといたします。
ご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

十王 子どもの広場

利用日 月・火・水・金(祝日を除く)
利用時間 午前 10時～11時30分(90分)
午後 1時30分～3時 (90分)
利用人数 午前、午後各回ともに3組まで
利用方法 電話予約
Tel.080-3398-3335
※日立市十王交流センター内

南部 子どもの広場

利用日 水・木・金・土(祝日を除く)
利用時間 午前 10時～11時30分(90分)
午後 2時30分～4時 (90分)
利用人数 午前、午後各回ともに3組まで
利用方法 電話予約
Tel. 080-3389-3336
※日立市立南部図書館内

～ご利用にあたって～

- ・利用当日は、検温等、健康上の確認をお願いします。発熱や風邪症状のある場合は利用をご遠慮ください。
- ・咳エチケットのため、マスク着用をお願いします。

～9月の講座～

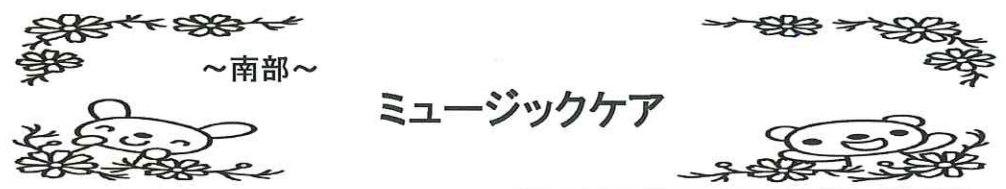


日時 9月26日(月)
午前10時30分～正午
場所 十王交流センター 多目的ホール
講師 ラテンダンスインストラクター
松崎 由香さん
対象 乳幼児の保護者 →先着10人
参加料 無料
持ち物 飲み物・汗拭きタオルなど ※動きやすい服装で

受付開始
9月13日(火)午前9時30分～



※参加希望者は、申し込み(37-1122)してください。
※講座の間お子さんをお預かりします。(託児)→先着5人

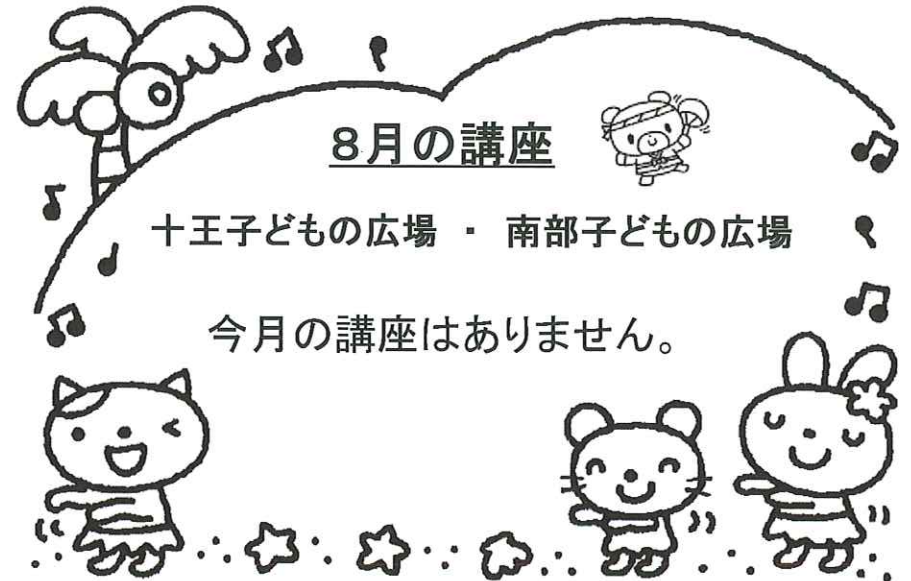


日時 9月29日(木)
午前10時30分～正午
場所 久慈交流センター 多目的室
講師 日本ミュージック・ケア協会認定ワーカー
守部美恵子さん・高橋あゆみさん
対象 幼児(1歳児以上)と保護者 →先着10組
参加料 無料
持ち物 飲み物・汗拭きタオルなど ※動きやすい服装で

受付開始
9月14日(水)午前9時30分～



※参加希望者は、申し込み(37-1122)してください。
※講座の間0歳児のお子さん(弟・妹)の託児をします。



8月の講座

十王子どもの広場・南部子どもの広場

今月の講座はありません。



おすすめ えほん♪



「くだもの」

平山和子 さく

福音館書店

ページをめくると、まずどーんと丸ごとのスイカ。さらにめくるとカットされた真っ赤なスイカが差し出されます。続いて、もも、ぶどう、なし、りんごなど日常、子どもたちに馴染みの深い「くだもの」が次々登場します。どれもみずみずしくて本当においしいそうです。

0歳の赤ちゃんにはこれから食べるであろう「くだもの」、1歳過ぎれば食べたことのある「くだもの」、お子さんの成長に合わせて受取り方も違ってきます。読み聞かせしながら食べるまねをして「いちごおいしいね!」「あまーい」「すっぱーい」「さあ、どうぞ」とコミュニケーションをとりながら読むのも楽しいですね。登場人物の服装も、出てくる「くだもの」の季節にあって、じっくりと挿絵をみて、その変化もお子さんと一緒に見つけていくのもいいでしょう。

読み終えた頃には、心がお腹いっぱいになっている「おいしい」絵本です。



- 作りやすい分量
- バナナ1本
 - プレーンヨーグルト 無糖 200g
 - はちみつ(1歳児以上)または、砂糖、練乳など
 - フリーザーバッグ(中) 1枚

- フリーザーバッグに皮をむいたバナナを丸々1本入れる。
 - フリーザーバッグの上から手のひらでバナナを押し潰す。
 - ②にプレーンヨーグルトとはちみつや砂糖などを入れる。
- ※ バナナの糖度によって味が変わるのでお好みの味になるよう分量を調節してください。
- 凍ったらフリーザーバッグの上から揉んでかたまりを崩し、食べやすい大きさにする。

水分補給について

●赤ちゃんの水分補給はいつごろから？

赤ちゃんが母乳や育児用ミルクを飲んでいる時期は、それだけで水分は足りています。離乳食が始まる頃になると少しずつ母乳やミルクの量が減ってくるため、別の水分も必要になります。離乳食が始まる生後5~6か月ごろには、離乳食とあわせて水分補給を始めるようにしましょう。

●乳幼児の水分補給

〈 タイミングは？ 〉

子どもは喉の渇きをうまく伝えられないこともあるため、気が付いた時には脱水症状が進んでいるという ことも。そうならないよう、日頃から水分補給のタイミング(起床時、遊びに出掛ける前後、お風呂の前後、寝る前など)を意識してあげると良いでしょう。

〈 何を？ 〉

水、麦茶など甘くないものがお勧めです。(1歳までは白湯、湯冷まし、ノンカフェイン麦茶など)

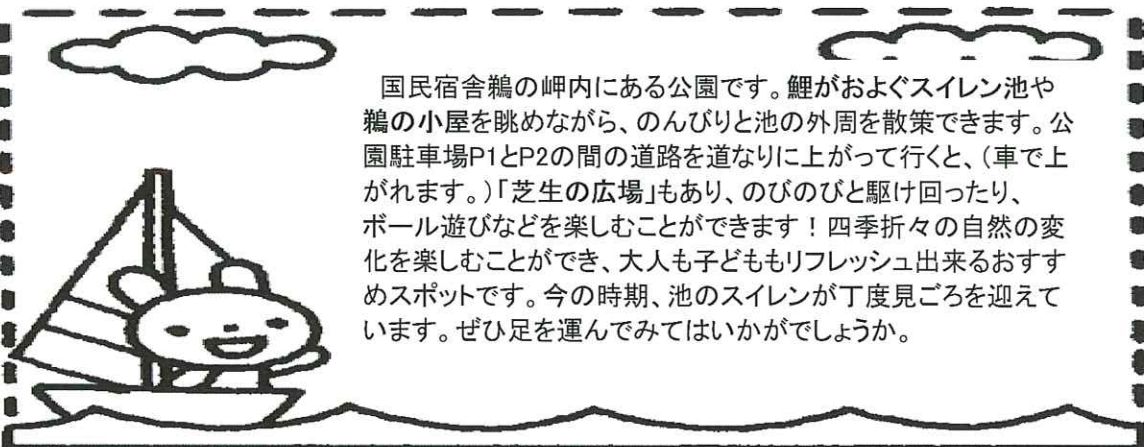
〈 どのくらい？ 〉

一度にたくさん摂らずに少しずつ口に含ませるように。

一回に飲む量は…【目安】(乳児)50~100ml (幼児)100~150ml



公園に行こう! 鶺鴒の岬公園 (日立市十王町伊師640)



国民宿舎鶺鴒の岬内にある公園です。鯉がおよぐスイレン池や鶺鴒の小屋を眺めながら、のんびりと池の外周を散策できます。公園駐車場P1とP2の間の道路を道なりに上がって行くと、(車で上がれます。)
「芝生の広場」もあり、のびのびと駆け回ったり、ボール遊びなどを楽しむことができます! 四季折々の自然の変化を楽しむことができ、大人も子どももリフレッシュ出来るおすすめスポットです。今の時期、池のスイレンが丁度見ごろを迎えています。ぜひ足を運んでみてはいかがでしょうか。



【芝生の広場】

★奥には、あづまや(屋根のある休憩所)があります。



【池を囲む散策コース】



【鯉がおよぐスイレン池】

