



ぴよんぴよん通信 6月

vol.119 2023.6



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 87-7222

あっという間に春が終わりを告げ、梅雨の季節へと移り変わります。季節の変わり目、体調管理に気を付けて元気いっぱい過ごしましょう！

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5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5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。
- ・マスクは個人の判断での着用になります。

～ 7月の講座～

～十王～ 乳幼児の生活リズムと健康管理について

日時	7月24日(月) 午前10時30分～正午	受付開始
場所	十王交流センター会議室1AB	7月12日(水)午前9時30分～
講師	市健康づくり推進課 保健師	
対象	乳幼児の保護者→先着10組	
内容	乳幼児の健康管理や生活リズムについてのお話 ※終了後個別相談あり	

※参加希望者は、申し込み(87-7222)してください。
※託児はありませんのでご了承ください。(お子さんと一緒に参加になります。)



6月の講座

十王 子どもの広場

26日(月)講座『骨盤エクササイズでリフレッシュ』(託児 あり)
※受付開始 6月14日(水)午前9時30分～
＜会場:十王交流センター＞

南部 子どもの広場

22日(木) 講座『フラダンスを楽しみましょう』(託児あり)
※受付開始 6月13日(火)午前9時30分～
＜会場:久慈交流センター＞

お知らせ

※ 6月5日(月)～6月10日(土)まで南部図書館図書の特別整理期間につき休館。
それに伴って南部子どもの広場も7日(水)～10日(土)までお休みになります。

～南部～

骨盤エクササイズ

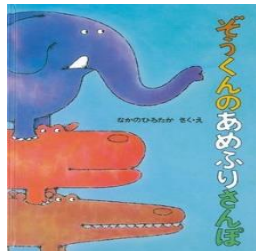
日時	7月27日(木) 午前10時30分～正午	受付開始
場所	久慈交流センター 多目的室	7月13日(木)午前9時30分～
講師	ストレッチスタジオHAYASHI-YA 林 康子さん(ペルビックインストラクター)	
対象	乳幼児の保護者→先着10名	
持ち物	ヨガマットまたは大判バスタオル・長めの汗拭きタオル・飲み物 ※動きやすい服装	
参加料	無料	

※参加希望者は、申し込み(87-7222)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名





おすすめ えほん♪



『ぞうくんのあめふりさんぽ』

作・絵 なかのひろたか

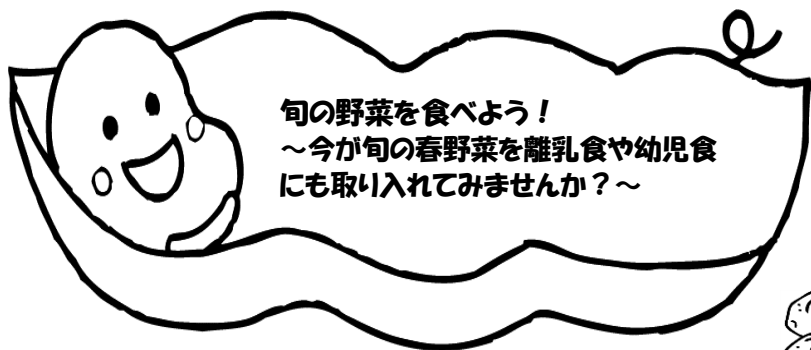
福音館書店



「ぞうくんのさんぽ」の続編です。

雨降りの中、ぞうくんは散歩へ。途中でかばさんに出会い、池の中をお散歩。ぞうくんは泳げないので、かばくんの背中に乗ります。次に、わにくん、かめくんに会い、最後はかめくんが1番下へ。でも、かめくん、重さに耐えられず、こけちゃいます。泳げないぞうくんが、池の中に放り出されてしまいます。しかし…浮かんで、泳ぎます。その、あれ…？もしかして？とページを進めるごとに、ぞうくんが泳ぐのではないかという期待感のもと、わくわくします。なんとも、のんびり、ほのぼのした気持ちにさせてくれます。

これから泳ぎを覚えるお子さんや、泳ぐのが苦手なお子さんがいたら、この絵本を読むと、「ぞうくんみたいに。」と、泳ぐことに親近感を持ってチャレンジできるきっかけになるかもしれないですね。



旬の野菜を食べよう！
～今が旬の春野菜を離乳食や幼児食
にも取り入れてみませんか？～

◇春キャベツ

葉がふわっとまとまっていて柔らかいため離乳食にもおすすめ。
幼児食にはコールスローなども良いですね。

◇新じゃがいも

水分量が多く柔らかくて早く煮えるので離乳食におすすめです。



◎えんどう豆はお子さんの年齢によっては、気をつけましょう。

噛み切れない、喉に詰まらせるなどの注意が必要です。さやを丸ごと食べさせるえんどうは、大きさに気を付けながら離乳食中期以降にあげると良いでしょう。



～ 子どもの傘の選び方と使い方について～



雨の多いこの季節、自分の傘を嬉しそうに握りしめ、広場に遊びに来る子どもたちの姿が見られます！雨の日がもっと快適に過ごせるよう、傘の選び方や使い方をこの機会にもう一度確認してみましょう。

①傘の選び方(チェックポイント)

- ・透明窓付きの傘…1～2面透明窓があることで視界の確保ができます。
- ・手開き式の傘…2～3歳児の初めての傘は、ジャンプ傘だと、開けようとしていなくても手が触れて勝手に開いてしまう為、子ども自身や周囲にも危ないので手開きが安心です。
- ・軽量の傘…重い傘は歩くときにバランスがとりにくく、風が吹いた時に体ごと道路にはみ出す危険性があります。

〈サイズの目安〉

○2歳～3歳(身長85～100cm)…40cm ○小学校1～2年生(身長115～130cm)…53cm

○3歳～4歳(身長90～105cm)…45cm

○5歳～6歳(身長105～120cm)…50cm

②傘の使い方

- ・傘をささない時は柄を持ち、先は下向きに。歩く時は振り回すと危ないことをその都度伝えましょう。

③傘の水分の切り方

- ・周りに人が居る時はバサバサしない。周りを確認してから水分を切るようにしましょう。



☆ 十王子どもの広場 4月の講座の様子 ☆

「親子でダンス」の様子です。親子で音楽に合わせて伸び伸びと体を動かしたり、新聞紙あそびで楽しい時間を過ごしました。新聞紙あそびでは、新聞紙の上に親子で立ち、ペアになってじゃんけんで負けた方が新聞紙を折り畳んで行き、どちらが最後まで小さくなった新聞紙に立って居られるかを、ゲーム感覚で楽しみました。じゃんけんで遊んだ後は、新聞紙をちぎったり、丸めたり、最後はビニール袋にまとめてボールにして指先をたくさん使って遊びました。梅雨のこの時期、室内ではこのような遊びも楽しいですね！



【保護者の感想】

- ・人見知りが激しいので場数をふみたく良い機会でした。
- ・体を動かして元気に楽しむことが出来ました。
- ・先生も明るい方でエネルギーをもらいました。息子もにこにこで楽しかったようです。ありがとうございました。