

1月のつながりひろば 園庭開放

【9:30～11:00】

1月9日(水) 1月16日(水)

1月24日(木) 1月28日(月)

- ◆ 当日受付後は、保育園の広い園庭でお家の人と一緒に遊びましょう。
- ◆ 事前予約は要りません。

11/27・園開放
ピュアイーストさんが色々な
確しを見せてくれたよ!

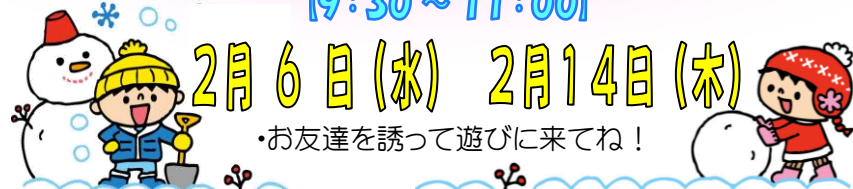


2月のみんなであそぼう 園開放

【9:30～11:00】

2月6日(水) 2月14日(木)

・お友達を誘って遊びに来てね!



ひかり通信

平成30年12月25日発行

年の瀬と共に本格的な寒さがやってきました。今年も残りわずかとなり、新年を迎える準備で慌ただしくお過ごしのことと思います。この時期に心配なのがインフルエンザです。岡山県には平年より早くインフルエンザ注意報が発令中です。手洗いを励行し体調管理に留意して、ご家族の皆様お揃いで良い新年をお迎えください。

1月のみんなであそぼう

園開放 【9:30～11:00】

1月8日(火) 1月30日(水)

○羽子板作りをしたり、お正月遊びを楽しみましょう。

○プラ板でオリジナルのキーホルダー作りをしましょう。

参加を希望される方は電話にてお申し込み下さい。

受付…月～金 8:30～16:00 ☎ 92-0469

- ◆ 欠席される場合は、早めにご連絡下さい。
- ◆ 土曜日の問い合わせはご遠慮下さい。
- ◆ 帽子・水筒を各自で用意して下さい。
- ◆ 駐車場は園舎西側です。駐車場と園舎の間の道は農耕車が通行する為、はみ出さないように駐車して下さい。

笑顔がいっぱい! 子育て応援します!

じゅうひろば

保育園へ来て、遊具や三輪車や乗り物、砂場などでお家の人と自由に遊びましょう。
※事前予約はいりません。 9:30～15:30(月～金)



少人数でも大丈夫です! 出前保育

親子クラブやサークルからの依頼があれば会場まで出向き、手遊びやシアター、リトミック等々いろいろな遊びを紹介します。



一時保育 幼稚園児でも利用できます!

就労・急病・介護・リフレッシュ等に利用できます。
(月13日以内・対象年齢…0歳～6歳)
※事前に登録して頂き、利用前日までに申し込みをして下さい。保育園での生活を、親子で体験することもできます。

給食を食べてみませんか? 親子給食体験

<要予約> 月～金 11:00～12:00 親子1組 500円
持ち物…食事前エプロン、お茶、箸、スプーン、フォーク
※離乳食の子どもさんもお申し込みできます。
※アレルギーのある子どもさんはこちらにご相談ください。
※予約は3日前までに、電話にて受け付けています。
ご希望の日にお受けできないこともあります。

育児相談

子育ての悩みや不安など、一人で悩まずに、お気軽にお電話してきてください。
10:00～16:00(月～金)
相談専用ダイヤル
0120-88-4150

【お申し込み・お問い合わせ】

ひかり保育園地域子育て支援センター
場所 総社市上林763-2 ブログもみてね!
電話 92-0469
ホームページ <http://www.s-hikari.or.jp/>
ブログ <http://hikarihoikuen.blogspot.jp/>

出張支援センター

〈ゆめいろたまてばこ〉

日時: 1月17日(木)

9:30～12:00

場所: 西部親子ふれあいプラザ

- ◆ 新年最初の出張支援センターです! 触れ合い遊びをしたり、親子でしっかりと身体を動かして遊びましょう。今年も元気に遊びましょうね!
- ※事前予約は要りません。

食育のお悩みQ&A

Q. 離乳食を進めていくために大切なことは?

A. 空腹の状態から食べ始めて

機嫌が悪かったりぐずったりすると、つい母乳を与えてしまうのが母心。しかし授乳をすると空腹にならずに離乳食の時間になるので食が進まないという悪循環になってしまいます。ぐずるときは外に出たり、抱っこをしたりして気分転換をはかり、できるだけお腹が空いた状態で離乳食を食べられるように心がけましょう。3回食が安定してくる頃には早朝の授乳もやめて朝食に備えます。少しずつ母乳以外のことへ興味を持たせることも大切ですが、スキンシップをたくさん取り子どもの気持ちにも寄り添うことを心掛けましょう。



授乳回数の目安は...

〈離乳食のスタート時〉

1日5～6回

〈3回食が安定してきたら〉

朝の授乳をやめて朝食のみにする

参考文献: ナツメ社 食育ガイド