



# すくすくだより

# 5月の地域活動



日	曜日	園庭	Bee	内容
1	金			
2	土			
3	日			憲法記念日
4	月			みどりの日
5	火			こどもの日
6	水			
7	木	●		
8	金			
9	土			
10	日			
11	月	●	●	
12	火			
13	水			
14	木			
15	金	●	●	
16	土			
17	日			
18	月			
19	火			
20	水			
21	木			
22	金	●	●	
23	土			
24	日			
25	月	●	●	
26	火	●	●	すくすく広場 「手形アート&身体測定」
27	水			
28	木			
29	金			
30	土			
31	日			



## すくすく広場

### 「手形アート&身体測定」

日時：5月26日(火) 10:30~11:10

対象：未就園児

参加費：無料

定員：5名

予約：5月1日(金)予約開始



- ・お子様の手形を素敵に飾りませんか？身長、体重を測り記念に記録しましょう。
- ・保育教諭による育児相談も受けています。気になることなどあればお気軽にご相談ください。



**園庭開放** 時間:10:00~11:30 ※予約不要です。

## Beeレストラン

時間：11:30~12:30

料金：大人330円、子ども220円

定員：各日6名

予約：5月1日(金)予約開始・希望日の3日前までに予約してください。

※アレルギーがある方は予約時にご相談ください。



## ご利用案内

〈対象〉保育園・幼稚園・こども園に通っていないお子様  
 〈予約について〉土・日祝日を除く平日 10:00~16:00  
 〈参加費〉講座によっては定員、参加費があるものもございます。講座ごとにご確認ください。  
 ☆すくすく広場へご登録いただくと、毎月お知らせ等を郵送いたします。近隣の未就園児の方にもご紹介させていただき、ぜひ遊びに来てください。尚、登録は事務所までお声掛けください。たくさんのご登録お待ちしております！

## お問い合わせ

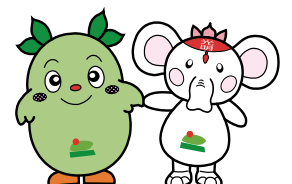
光明第八こども園

住所：八王子市上柚木3-13-2

TEL：042-675-4811

<https://www.koumyou8.net>

担当 小野・田中



# 子育て情報

## 与え方にひと工夫

柔らかい物ばかりを与えたり、食べ物を細かくしすぎると、丸飲み、吸い食べのくせがついてしまいます。特に、離乳食も後期に入った1歳児から完了期を過ぎた2歳児への食事には、噛むことを意識して与え方にひと工夫してみましょう。スティック状のものを用意し、手づかみで噛み切って食べる練習をしながら、「カリコリ」「パリポリ」などの食感の違いを楽しむと良いでしょう。

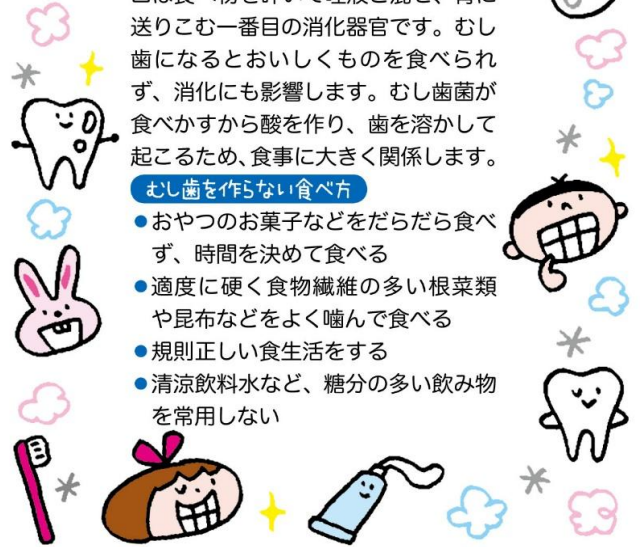


## おいしく食べるためのむし歯予防

口は食べ物を碎いて唾液と混ぜ、胃に送りこむ一番目の消化器官です。むし歯になるとおいしくものを食べられず、消化にも影響します。むし歯菌が食べかすから酸を作り、歯を溶かして起こるため、食事に大きく関係します。

### むし歯を作らない食べ方

- おやつのお菓子などをだらだら食べず、時間を決めて食べる
- 適度に硬く食物繊維の多い根菜類や昆布などをよく噛んで食べる
- 規則正しい食生活をする
- 清涼飲料水など、糖分の多い飲み物を常用しない



## ネバネバ丼

光明第八こども園

納豆が苦手でもこれなら食べられる！という子がいるほど人気です☆



### <材料> 幼児4人分

豚ひき肉	100g
ひきわり納豆	80g
にら	40g
人参	20g
ねぎ	25g
おろししょうが	3g
油	小さじ1
しょうゆ	小さじ2
☆   砂糖	小さじ4
みりん	小さじ1

### <作り方>

- ① にんじん、にら、ねぎはみじん切りにする
- ② フライパンに油を熱し、おろししょうがを入れて香りを出し、豚ひき肉を炒める
- ③ ①の野菜を入れて炒め、ひきわり納豆を加えたら☆の調味料を入れて味をつける
- ④ ごはんにかけて出来上がり

LINEVOOMに 登録してみよう!!

☆園の情報や活動をHP、LINEVOOMで配信中です！ぜひ登録をお願いします！



スーパー三徳にて作品を展示中!!

子どもたちの書道や華道、季節ごとの作品を階段の踊り場に飾っています。是非ご覧ください！