月曜日から金曜日まで毎日、親子遊びや親子の仲間づくりの場として保育園を開放しています。子育て中の保護者の方や保育士と一緒に交流しながら子供たちと楽しい時間を過ごしてみませんか？お気軽に親子で遊びにお越し下さい。**乗船寺保育園子育て支援センター　TEL22－440**

9がつ　乗船寺保育園　園開放予定表

…園開放はお休みの日になります。

自由遊び…各自親子でおもちゃや絵本などで自由に遊ぶ日です。

午前１０時～午後 12 時 スケジュール表の遊び　午後 12 時～午後 15 時自由遊び

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ボール・風船	3 おもちゃ遊び	4 作って遊ぼう	5 身体測定	6 外遊び	7
8	9 おもちゃ遊び	10 段ボール遊び	11 作って遊ぼう	12 外遊び	13 紙遊び	14 子育て相談日
15	16 敬老の日	17 **楽しく遊ぼう**	18 おもちゃ遊び	19 **親子教室**	20 段ボール遊び	21
22 秋分の日	23 振替休日	24 シール遊び	25 おもちゃ遊び	26 外遊び	27 ボール・風船	28
29	30 おもちゃ遊び	※園開放ご利用の方は水分補給のお飲み物をご持参下さい ※14 日・17 日・19 日は別枠をご覧ください。				

≪子育て相談日≫

日時：９月１４（土）１組１時間程度

場所：乗船寺保育園２階　リハビリ室

毎月１回、女性の心療内科ドクターで公認心理士（国家資格保持者）の専門医のカウンセリングを受けることが出来ます。お子さんの心配な事、子育てで不安の思う事、産後の心の変化など相談でき、アドバイス、サポートいたします。個別相談になりますので予約が必要です。なお、カウンセリング料等は保育園が全額負担致しますのでお気軽にご利用下さい。詳しくは園担当者へお尋ねください。

子育て相談専門電話　２２－４５２１

≪とけいそう親子運動教室≫

日時：９月１９日（木）　10 時～11 時 30 分

場所：乗船寺保育園　リズム室（３階）外階段よりお越しください。

活動内容：親子ふれあい遊び　わらべ歌あそび　親子運動遊び　ブロックモジュール　ボール　フラフープ　読み聞かせ

持ってくるもの：飲み物　お着替え　おむつ　汗拭きタオル等

≪楽しく遊ぼう教室≫

日時：９月１７日（火）

時間：10：00～11：00

（センター開放 9：00～）

場所：指宿保健センター　**↑予約 QR コード**

活動：触れ合い遊び・体育遊び・読み聞かせ他

毎月１回、指宿保健センターに保育士を派遣し出張保育を行います。親子で遊びに来てくださいね。なお事前予約が必要です。上記の QR コードを読み取り**予約**をお願いします。

※詳しくは別紙をご覧ください。

今月のテーマは親子防災です。８月に指宿市でも震度４の地震があり、気象庁が南海トラフ地震臨時情報を発表されたこともあり、子どもと一緒に避難する際の防災について考えられたご家庭も多かったと思います。９月は防災月間です。指宿市は台風も多い地域なのでいざと言う時に備えておきましょう。

◎非常用品は備えていますか？背負って避難できる防災リュックを準備しましょう

・もしもの時にすぐに取り出せるよう決まった場所（玄関等）に用意しておきましょう。又定期的に中身のチェックをし期限切れのものはないか、子どもの年齢に合った物かなど必要な物を補充し、準備をしましょう。

・防災リュックの中身はそれぞれご家庭に合った物を厳選しましょう。避難所で子どもたちがリラックスできるようなぬりえや絵本など「家族が安心して数日暮らせる物」という視点で準備を進めると良いでしょう。

◎ママバックに防災グッツをプラスしよう！

・普段持ち歩いているママバックに防災グッツを入れておけばもしもの時に便利です。災害時にはベビーカーは使えない場合がほとんどです、避難するときは抱っこ紐が便利です。普段からだっこ紐を使って育児を行い、抱っこ紐に慣れておくといいですね。又、非常時用の液体ミルクやレトルトの離乳食も味に慣れておくといざという時に安心です。

・着替え一式・簡易携帯トイレ・おむつ・おしりふき・ブランケットやタオル・帽子

・除菌シート・ホイッスル・小型 LED ライト・救急セット（ばんそうこ）

・飲料水又は水筒・マスク（大人用・子供用）・レジ袋・ティッシュ・歯ブラシ

・ミルク・ベビーフード・おやつ・スプーンや割りばし・ペン・小銭など

※その他に母子手帳や健康保険証などの重要書類のコピーや大事な電話番号は紙に書いて持っておきましょう。　**参考文献：防災ブック「その時ママがすることは？」より**

★保育園で人気のメニュー★ みそチキンカツ

★材料★（子ども４人分）

- 鶏肉　…160ｇ（４切）
- 塩　…1 つまみ
- こしょう…少々
- 衣
  - 卵　…1/3 個
  - 小麦粉　…25ｇ（大さじ３）
  - 水　…適量
- パン粉　…30ｇ
- 揚げ油　…適量
- タレ
  - 赤みそ　…9ｇ（大さじ 1/2）
  - 濃口醤油…2ｇ（小さじ 1/3）
  - 砂糖　…6ｇ（小さじ２）
  - みりん　…6ｇ（小さじ１）
  - ケチャップ…5ｇ（小さじ１）
  - ウスターソース…3ｇ（小さじ 1/2）
  - すりごま　…6ｇ（小さじ２）

★作り方★

①鶏肉の表面に塩こしょうをする。

②ボウルに卵を溶いて入れ、小麦粉と水を加えて衣を作る。

③鶏肉を②にくぐらせ、パン粉をまぶす。

④180℃の油で揚げる。

⑤鍋にタレの材料を全て入れてよく混ぜ、弱火で加熱する。

⑥揚げたチキンカツにたれをかける。