



乗船寺保育園
子育て支援センター
TEL 22-4407



4J0USEKJINOKU.SUPPORTCENTER

園開放 予定表



- ★  ...園開放はありません
- ★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
- ★午前の部...10時～12時（園開放予定表の活動の時間）
- ★ランチタイム...12時から13時（ご利用の際はお声掛け下さい）
- ★午後の部...13時から15時（自由遊びの時間）

月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
自由遊び	赤ちゃんタイム	水遊び	作って遊ぼう 金魚すくい	自由遊び
10	11	12	13	14
おもちゃ遊び	山の日	水遊び	お盆休み	お盆休み
17	18	19	20	21
おもちゃ遊び	自由遊び	水遊び	楽しく遊ぼう教室 保健センター	自由遊び
24	25	26	27	28
ハンドメイドの日	おもちゃ遊び	自由遊び	自由遊び	ハンドメイドの日
31				
おもちゃ遊び				

＜園開放ご利用案内＞

- 駐車場は、保育園隣接の駐車場をご利用下さい。
- 来園の際は、玄関のインターホンを押して子育て支援センターご利用の旨をお伝えください。
- 水分補給用のお飲み物をご持参下さい。
- 来所時、園開放利用簿のご記入をお願いします。帰る際は、片付けをお願いします。
- 午前の部は12時にお片付けをします。
- ランチタイム以外でのおやつやお食事はご遠慮ください。ごみ等は各自お持ち帰りください。



★8月のイベント★

★8月4日（火） 赤ちゃんタイム「UVケア・スキンケア」

2か月～1歳までの乳児さんと保護者の方が対象です。



今月は高田あかね先生にお越しいただきます。赤ちゃんの正しいUVケア・スキンケアについて一緒に学びましょう。Instagram・チラシもご覧ください。

※要予約（10組）予約は、電話又は支援センターご利用の際にお申し込みください。

★8月5日（水）、12日（水）、19日（水）水遊び

場所：乗船寺保育園 子育て支援センター前 テント内

持ってくるもの：水着（Tシャツ・短パンでも可）着替え・バスタオル・帽子

★おむつが外れていない子は水遊び用のおむつをご使用してください。

★保護者の方も濡れても良い服装でお越しください。サンダルが移動の時、おすすめです

※天候・気温によっては、おもちゃ遊びに変更なる場合がありますのでご了承ください。



★8月6日（木）作って遊ぼう 金魚すくい

ペットボトルのキャップを利用して金魚を作って遊びます。



金魚すくい用のポイも作りますので水遊びやお風呂で金魚すくいをして遊べます。



★8月8日（土） 子育てほっとるーむ 1組1時間程度（要予約）

日々の子育ての中で感じる不安や悩み、ちょっとした気がかりなことなど、誰かに聞いてほしいことはありませんか。お茶を飲みながらゆっくりお話しできます。こころの専門スタッフが担当しますので安心してご利用下さい。詳しくは保育園にお問い合わせください。

※午前の時間は、予約でいっぱいになりました。午後も残り少ないので、園にお問い合わせください。

★8月20日（木） 楽しく遊ぼう教室

会場：指宿市保健センター

時間：10時～11時



活動内容：寒天遊び（ひんやり色遊び）・親子遊び・触れ合い遊び・体操・指遊び・読み聞かせなど

動きやすい服装でお越しください。

持ってくるもの：飲み物・着替え・おむつ等お子さんに必要なもの

★8月24日（月）28日（金） ハンドメイドの日 木製コースター

今回は子どもさんと一緒に作れる木製のコースターをDIYします。

木製のコースターにタイルを並べてコースターの模様を作ります。どんな模様にしようか子どもさんと一緒に考えながら世界に一つの作品を作ってみませんか？ 各日4組ずつの予約制です。

※予約は、電話又は支援センターご利用の際にお申し込みください。

今月のトピックスは**子どもの言葉・体と心の発達**についてです。

☆子どもの成長は個人差があるので、一人ひとりの成長に合わせて見守ったり、援助したりしてあげましょう。

楽しいあそびが体と心を発達させる

【発達の目安】

運動機能の発達について

子どもたちは日々、全身を使ってさまざまなチャレンジを続ける中で、運動機能や手指の機能、そして社会性などを発達させていきます。安全にしっかり気を配りながら、「危ない!」「ダメ!」と、子どもの挑戦を制止しすぎないことが大切です。

また、子どもの発達には個人差があります。〇歳なのにこれができる・できない、ということに着目しすぎないことも大事です。

0歳
1歳
2歳
3歳
4歳
5歳

寝返り～おすわり～はいはい～つかまり立ち～伝い歩き

歩き始める

走るようになる

ぶらんこ、三輪車、ボール
あそびなどをするようになる

友達とおそんだり、遊具を使ったあそびを楽しんだりする

おにごっこ、かくれんぼなど、
集団であそぶようになる



「個性」の範囲は、本当に広い

言葉が早い、言葉が遅い

言葉の発達は体の発達以上に個人差が大きく、言葉の出始めるタイミングは、それぞれの個性や経験に大きく左右されます。インプットしたことをすぐにアウトプットして練習するタイプの子もいれば、ひ

たすらインプットを続けて、頭の中で長いことそれを整理している子も。大事なことは言葉を教えることではなく、たとえば「ワンワン!」と言った子どもの発見や驚きに共感していくことです。

START

クーイング
「あーあー」
「うーうー」など

喃語
「ダダダ…」
「バババ…」
「マンマン」「プープー」
など

初語
「ワンワン」
「ママ」など
最初に発した意味をもつ音

二語文
「ワンワン きた」
など

三語文
「ママ こうえん いく」
など

イヤイヤ期は終わります

子どもの頭の中で起こっていること

脳科学的に見ると、イヤイヤ期は脳の前頭前野の未発達が原因です。前頭前野は、自分やほかの人の「心」などをイメージするところ。イヤイヤ期の子どもの、自分と他人の区別はついても、まだ自分の心と相手の心の区別ができません。しかし前頭前野の発達が進む4歳ごろには、「みんなが待っているから順番を守る」というように、自分とは違う相手の心に気づけるようになっていくのです。

自分の心 = 相手の心



なんでわたしがやりたいのにとろうとするの?



保育園で人気のメニュー

「4色ナムル」



★材料★ (作りやすい量)

- ・もやし…200 g (1袋)
- ・人参 …70 g
- ・小松菜…60 g (1/3束)
- ・卵 …1個
- ・サラダ油…少々
- ・すりごま…10 g (大さじ1)
- ・砂糖 …6 g (小さじ2)
- ・薄口醤油…18 g (大さじ1)
- ・ごま油 …3 g (小さじ弱)

- ★作り方★
- ①人参はせん切りにして茹でる。小松菜ともやしは茹でて、食べやすい大きさに切る。卵は炒り卵にしてよく冷ましておく。
 - ②Aの調味料をよく混ぜ合わせて、①を和える。

子どもはどれくらい食べればいい?

子どもが一日に必要なエネルギーは……

成人女性 (30～49歳) が一日に必要なエネルギー量は、2050kcalですが、1～2歳は約900kcal。3～5歳は約1300kcalです。つまり1～2歳はお母さんの約半分、3～5歳は半分強というのが量の目安になります。

※母親は授乳が終わると、鉄分やカルシウムが不足しがちになります。意識して取り入れるようにしてください。

一日に必要なエネルギー量

	女の子	男の子
1～2歳	900kcal	950kcal
3～5歳	1250kcal	1300kcal

(厚生労働省「日本人の食事摂取基準 (2020年版)」より)
※一日に必要なエネルギー量は、体格や運動量によって異なります。



主食、主菜、副菜のほか、果物・乳製品などもバランスよくとるようにしたいですね

