子育でコーナー

\遊びに行こう!/

今月のおすすめスポット



〈今月号で最終回!/ 第20回の今回は…

屋敷下第1公園









鉄棒やすべり台、砂場等遊具が たくさんあります。スペースも広 く、駆け回ったり、縄跳びの練習を したり、色々な遊びができます。 また、春には桜が咲き誇りま す。今の季節におすすめな公園

所在地/開成町吉田島3813-2 駐車場/無

トイレ/無 おむつ替え台/無 授乳室/無 町内巡回バス最寄り発着所/ 開成駅西口



姿が、どの学年にも見られます



∖みんな集まれ!/

◇子どもの広場

内 容 [ヒラヒラちょうちょ] づくり 4月11日(土) 10:00~

持ち物 はさみ・カラーペン

対 象 5歳から(未就学児は保護者同伴) 所 町民センター2階 小会議室A

直接図書室へ 又は、☎82-5221 申込み ※受付時間は火~日曜日の10時~17時 ※月曜日は休室です。

◇おはなし会(第2土曜日、第3水曜日)

日 時 4月11日(土) 13:30~15:00 4月22日(水) 13:30~15:00

場 所 町民センター3階 図書室 ※申込みは不要です。

新連載予告!

|13355 de 333|| 始まります♡

普段、家事や育児に追われ、自分の時間がなか なか取れないママとパパ。そんなママとパパ向け に、5月号から隙間時間で簡単にできるヨガのワン ポーズを連載でご紹介していきます!

> 私たち、開成町総合型スポーツクラブの 、ヨガインストラクターがポーズを提案します!





楽しみな給食



てた弥一芋や大根を使用し

た

を提供するなど教

給食は年長児、

年中児が育

活動とも連携しています

今後も安全・安心で、

お

給食を提供

してい

きます

▲箸に挑戦する年少児

元気だより

開成幼稚園 ☎82-4247

開成幼稚園栄養士

秋 葉

優美子

です。 開けるなど、できることが増 トロー しみに待つ園児が多く嬉し 給食を初めて食べる年少児 最初の頃に比べ の袋やデ 、ると、 トの蓋を ス

子を見に行くと「今日は全部 の声が聞こえます。 たからもう一回出して!」など 食べられそう! 給食の時間に各クラスの様 「おい 給食を楽 しか つ (1

「元気だより」では、町の子どもたちの様子を学校・保育園の現場からお届けします。



子育でカレンダー



このカレンダーは、就学前のお子さんに 関する予定を掲載しています。

子育でコーナー

● 申込みが必要です

月	火	水	木	金	土	В
3/30	31	4/1 ファミリー読書デー	2 ☆3~4か月児健診 (保健センター) ☆7~8か月児健康相談 (保健センター)	3	4	5
6	7	8	9 ☆離乳食教室側 (保健センター)	10	11 分子どもの広場側 (町民センター図書室) のおはなし会 (町民センター図書室)	12
13	14 ☆母乳相談側 (保険健康課)	15 ☆1歳6か月児健診 (保健センター)	16 ☆3歳児健診 (保険健康課)	17	18	19
20	21 ☆7~8か月児健康相談 (保健センター)	22 ③ごおはなし会 (町民センター図書室)	23 ☆2歳児歯科健診 (保健センター)	24	25	26
27	28 ♡チビッ子らんど (社協)	29 昭和の日	30 ♥チビッ子らんど (社協)	5/1 ファミリー読書デー	2	3 憲法記念日

 \Diamond

ターンは変化していきます。

歳頃からは睡眠中のメラト

>子どもの睡眠

成長とともに、

睡眠のパ

ZZ...

☆

☎84-0327

社会福祉協議会 ☎82-5222

ることから始めてみましょまずは決まった時間に起床すく寝かせたい」と思ったら、

5 6 4 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6

6時に起きると、

20時には眠

ニズムを持っています。毎朝

~16時間後に眠くなるメカ人間の体は、起床時間の約

ズムを見直してみましょう この機会に家族全員で生活リ

くなるということです。

早

※症予防のため、中止又は延期になる場合があります。詳細は町HPをご覧ください。

© 町民センター図書室 ☎82-5221

子で揃って早寝早起きを意識 を巻き込んでいませんか?親

の土台が作られます

してみまし

睡眠のリズム

庭も多いと思います。ぜひ、4月は、生活が変化する

動が必要です。

大人の夜型生活に子ども

ん・感情のコントロ

いやり・やり抜く精神力など

ンスのとれた食事、 十分な睡眠と休養、

栄養バ

ラ

適切な運

5歳頃までに前頭前野をし

りと鍛えることで、

が 思

成長期の子どもの成長には

◀町HPはこちら

5 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0

□保険健康課 ☎84-0327

早寝早起きのススメ

ことが、 にしっかりメラトニンを出 まで続きます な眠りを誘う作用がある) (ホルモンの一種で自 ので、

きと大きな関係があります 睡眠は、脳の前頭前野の働 脳の発達にも睡眠は大切 長のために大切です 子どもの体と脳の成

も挑戦し えてきま

7

います。 た。

苦手な食

今

は、

箸に

、物でも

一口は頑張ってみる

広報かいせい 2020.4.1 広報かいせい 2020.4.1 12