

きのっこ通信

Vol.144

2018.1月号



kinokko@hama.ed.jp

きのっこは、はまようちえんのなかにある、0123歳の子どもと親のもうひとつのお家です。



あけましておめでとうございます。

お正月はいかがお過ごしでしたか？

きのっこスタッフは、おせちの黒豆を炊いたり、伊達巻を焼いたりしてお正月を迎える準備をしました。

2018年のきのっこは1月9日(火)から始まります。

今年も皆さまにとって、健康で幸せな1年となりますよう

きのっこスタッフ一同、お祈り申し上げます。



1月のきのっこ

ぬいぬいしてみませんか？

手ぬいでランチョンマットを作ってみませんか？苦手な方、お家ではなかなか時間がない方、きのっこスタッフはちゃんとおしゃべりしながらぬいぬいしてみませんか？見本はきのっこのお部屋に置いてありますよ。興味のあるママは、お気軽にスタッフまでお声かけください。(予約制)

日 時：1月19日(金)10:30～11:15

場 所：きのっこのお部屋

材料費：1セット 200円 (持ちものはありません)

※ご予約は1月16日(火)までにきのっこに直接お越しください。電話受付はいたしません。

※申込者のみの参加となりますので、申込者以外の方は通常通りきのっこのお部屋でお過ごしください。



© vki

第3回ナーサリーとあそぼう「お部屋であそんでお昼ごはん」

ナーサリーかぞくのお部屋でナーサリーのお友だちと一緒に遊んでみませんか？

お昼は、ナーサリーかぞくと一緒に給食をいただきます。

ぜひこの機会にご参加ください。

日 時：2月1日(木)10:00～12:00

場 所：はまようちえん ナーサリーのお部屋

参加費：給食代(大人1人350円 子ども1人200円)

※予約時にお支払いください。※会員カードの期限が切れている方は、更新が必要です。

定 員：会員10組(定員に達し次第締め切ります)

持ち物：着替え、水筒、タオル

※ご予約は1/9～きのっこに直接お越し下さい。電話受付はいたしません。

※当日は汚れても良い服でお越しください。

※お申込みいただいていない方の、当日きのっこご利用は13:00～15:00となります。



ナーサリーのお部屋

ナーサリーのおやつを食べてみよう！

おやつといえば、クッキーやケーキみたいに甘いものを思い浮かべる方も多いと思いますが、きのっこ世代のおやつはバランスの良い補食になるようなものを食べさせてあげたいですね。ナーサリーで食べているおやつを、皆で作って食べてみませんか？ぜひ、お気軽にご参加ください。

日 時：1月31日(水)10:00～11:00

場 所：きのっこのお部屋

参加費：100円(予約時) ※会員カードの期限が切れている方は、更新が必要です。

定 員：会員10組(定員に達し次第締め切ります)

持ち物：ボール、お皿

※ご予約は1/9～きのっこに直接お越し下さい。電話受付はいたしません。

※当日は汚れても良い服でお越しください。



きなこおにぎり

おたんじょうかい 12月6日(水)

12月生まれのお友だち3人のお祝いをしました。今月は、「やきいもの日」の絵本を読み、ふれあいあそびをしました。おめでとう！



絵・文：村上康成
出版社：徳間書店



おたんじょうびおめでとう♪



お膝の上でぎったんこ〜ぱったんこ〜



やきいもパーティー

12月1日(金)

ようちえんのやきいもパーティーに参加しました！あっちちのやきいも。とっても美味しかったね★



どーかな〜？



やきいもやきいも、あっちちのち〜♪

きのっこクリスマス会 12月15日(金)

20組の親子が参加してくれました！クリスマス会、楽しんでくれたかな？



〈きのっこスタッフ〉

『森のクリスマス』のかみしばいを読んでよー！みんなのところにもサンタさんが来てプレゼントを置いていってくれるといいね♪

〈はまぺらーずさん〉

皆で歌った手あそびの『パンダ、うさぎ、コアラ』は面白かったね。めばえで人気の『誕生日』はとてもステキなハーモニーでした。

ニュージーランドの子育て支援施設に伝わる詩を日本語に訳した本『Today』をうかい先生が読んでくれました。心に染みる詩でしたね。うるうる。。

〈ダンス部さん〉

サンタの可愛い衣装に身をつつみ、ダンスを披露してくれました！最後の『恋ダンス』はきのっこの皆も一緒に踊りを楽しんだよー★



かぼちゃを食べよう！ 12月20日(水)

9組の親子が参加してくれました！

みんなでかぼちゃをおやきにして美味しくいただきました。管理栄養士の松本先生も来てくれて、かぼちゃやおやつのお話などをしてくれました。



今回のかぼちゃはぼっちゃんかぼちゃという品種のかぼちゃをいただきました。とっても甘かったよ★



みー——んんで、『はい、ちーず！』

冬場でも薄着で過ごそう！

『子どもは薄着がいい！』という話を聞いたことはありますか？これは根拠のあることで、はまようちえんでも一年中半ズボンで過ごし、健康的な身体づくりのために冬場でも薄着を実践しています。もともと人間は暑さや寒さに対して対応できる力を持っていて、子供の頃からそれを肌で感じることで、対応力が高まっていくといわれています。

体温調節機能

子どもは体温が高いため、そこまで着込む必要がありません。薄着で外気温の変化に対応できるような身体を作っておきましょう。また屋内でも暖房に頼らず、身体を動かして暖かくすることで体温調節機能が養われます。

自律神経が強化される

薄着で過ごすことにより、皮膚は気温の寒暖差を敏感に感じやすくなります。血管の収縮拡張を繰り返し、身体の体温調整機能が養われると、自律神経のバランスが発達していきます。

動きやすい

薄着で動きやすい服装にして、たくさん運動させてあげることも寒さ対策になります。子どもは基礎代謝が大きいので、少しの運動でも身体が温まりやすいといえます。

Q. 薄着でも風邪をひかないの？

A. 風邪の原因は、寒さではなくウイルス。

薄着で自律神経を強化することによって、免疫力が上がり風邪をひきにくい身体になります。逆に厚着をすることで体温を外に出そうとして必要以上に汗をかき、身体の芯が冷えてしまうことで免疫力が下がり、風邪を引きやすくなってしまいます。

薄着を実践してみよう！

薄着にした方がよいとはいえ、急に薄着にするのは身体に負担がかかります。1枚だけ服を減らしたり、厚みを薄いものに変えてみたりして徐々に減らしていきましょう。また、お腹や背中では冷えないようにし、肌着なしでは必要な体温が逃げてしまうので肌着は必ず着せるようにしましょう。大人が思っているより、子どもは寒くないのかも？ぜひ、みなさん薄着を実践してくださいね！



《きのっこ》とは...

未就園児親子のもうひとつのおうちです。

* 場所は・・・はまようちえん分館3階（赤い建物です）

* 利用できる人は・・・0歳～未就園児の在宅で子育てされている親とその子ども。

* どんな風にすごすの・・・親子がいっしょに自分のペースでゆっくりのんびり過ごせます。ノンプログラムで時間内であれば何時に来て何時に帰ってもいい。

きのっこのご利用定員は20組とさせていただきます。安全を考慮し定員を超えた場合、ご利用を控えさせていただきますことでもあります。ご了承ください。

■開場日

月・火・水・木・金

■開場時間

午前9時15分～午後3時

■休場日

土日祝・お盆・年末年始・年度末など

開場日・時間は変わることがありますので正確な開場日時は毎月の通信をご覧になるか、園までお問い合わせください。

利用料金

会 員	入会金	2000円	1家族	のちにきょうだい入会の場合は不要
	月会費	2000円	入会日より1カ月間有効	
	回数券	1800円	4回券	入会日より3カ月間有効
	ビジター券 (1回利用券)	500円	入会金不要	
	プレママ券 (1回利用券)	200円	入会金不要	マタニティママおひとりだけの利用

初回に限り、ビジター券 500円→無料

家族カード、会員証の再発行は 100円

●お問い合わせは下記までお気軽にどうぞ。

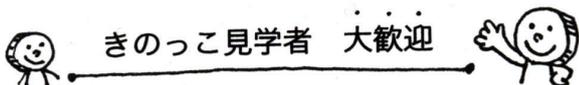
はまようちえん親子ひろば きのっこ 鶴飼 市谷

〒661-0967

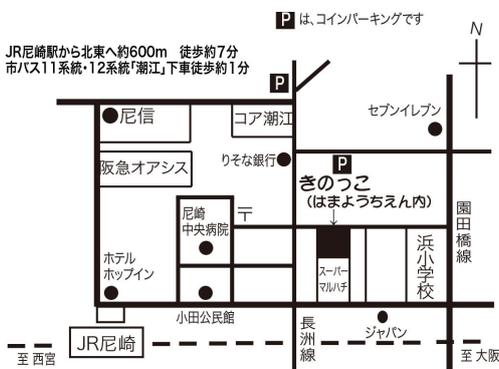
兵庫県尼崎市浜 2-2-13

tel 06-6499-4919 fax 06-6499-4931

kinokko@hama.ed.jp



一度行ってみたいけど...と少しでも迷ってるアナタ。“百聞は一見にしかず” いつでものぞきにきてください。とびっきりの笑顔であなたをおむかえします。何かがはじまるかも...です。



きのっこ通信はここに 있습니다

- 小田支所 小田公民館 小田体育館 ヨシマツ小児科 潮江郵便局 フレッシュコア やさしい風 blanc chat
- 岡本皮膚科 毛利耳鼻咽喉科 地域総合センター神崎 こども家庭支援センターキャンディ 庄村助産院
- 小田地区会館 あみんぐステーション natural marche HareBare かめい矯正・小児歯科クリニック

1月のきのこカレンダー

661-0967
06-6499-4919 兵庫県尼崎市浜 2-2-13
kinokko@hama.ed.jp 学校法人小寺学園
幼保連携型認定こども園
はまようちえん



つ・ぶ・や・き
わたしの趣味はピアノ、イヤリング作りです♪♪普段は自分用のピアスを作ることが多いのですが、先日友人からのリクエストでイヤリングをつくりました。友人の普段の服装や好きそうな色合いを考えながらのイヤリング作りはとても楽しかったです♡プレゼントするとさっそく付けてくれた友人。その日の服装にもぴったりだと喜んでくれて嬉しかったです！大切な人をもってなにかを作ることの楽しさや嬉しさを改めて感じたひとときでした♪♪(チャーサーイね担任 ちさと)

2017年皆さんはどんな年でしたか？私はやはりコーラス三昧の1年でした。2年がかりのニューオーク公演の為かなり歌の練習をしたこと、嵐がイヤッツアー 2017 札幌参戦で楽しめるよう新曲を家事しながら覚えた事等々です。新年明け早々に神戸で開催される明日につなげるコンサートで歌います。歌えることの幸せを感じ2018年も元気で過ごしたいと思います。(こばちゃん)

MON	TUE	WED	THU	FR I	SAT	SUN
1 元日	2	3 きのこ 12月25日(月)～	4 冬休み 1月8日(月)	5 親子学級 14:30 CLOSE	6 OPENDAY	7
8 成人の日	9 給食注文 できません	10	11	12 子育てあのおね ぬいぬい してみませんか?	13	14
15	16	17 1月の誕生会 11:15～11:30 	18	19	20	21
22	23	24 12:30 CLOSE	25	26	27	28
29	30	31 チャーサーイの おやつを 食べてみよう！	女性のつどい 1月生徒のつどいおたけお遊戯の機会上、誕生会開始30分前までにはお進み下さい。 ☆OPENDAY はまようちえん在園を問わず来園見学・お電話の申し込み、ようちえんで遊ぶお問い合わせのための開園期間です。			

女子育てあのお
はまようちえん 園長 田中 七子 園での様々な取り組みを紹介します。(事務局) ☎15:00～16:50 ☎11:00～11:50 ☎13:00～13:50
※ 給食 (ぶつちえんのごはん) 注文締切時間が変わりました。おかつつき給食→当日 11:00 まで おにぎり→当日 10:30 までに