



4月

あさかぜ保育園
子育て支援センターだより

* 4月のイベント受付
3月18日(月) 14:00~

* 5月のイベント受付
4月18日(木) 14:00~

社会福祉法人創造
あさかぜ保育園内地域子育て支援センター

三原市沼田東町片島249-3
TEL 60-9288

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
1	2	3	4	5
8	9 <やまみ運動公園> 運動公園で 散歩&バルーン遊び!	10	11 5月イベント受付	12 <神明の里> タンポ(絵の具)で あそぼう!
15	16 <やまみ運動公園> 運動公園で シールラリー!	17	18 <神明の里> わらべうたで あそぼう!	19
22	23 <神明の里> てがた・ あしがた deco	24	25 	26 <神明の里> えいごで あそぼう!
29	30	31 		

園庭・室内開放について
園庭開放) 9:30~11:30 15:00~16:00
室内開放) 15:00~16:00

※園の行事などの都合により、開放していない日もありますので予め、ご了承下さい。

◎イベントは 10:00~11:00 です。記入していただく書類もありますので 10 分前にはお越しください。参加人数により、2 部制 11:00~12:00 にご案内する場合があります。

◎イベント時は親子共に水分の補給の出来る物をお持ちください。

「わらべうたで あそぼう!」

※みはら神明の里(神明ホール)

わらべうた遊び「わたげ」さんをお招きして、ふれあい遊びをします!
どこかで聞いたことがあるなと懐かしそうわらべうた。子どもたちにもきっと心地よいメロディーでしょう。わらべうたに合わせて、親子でふれあい遊びを楽しみましょう!

9日(火)『運動公園で散歩&バルーン遊び!』 10:00~11:00
※10:00 やまみ運動公園第2駐車場 現地集合 (雨天中止)
やまみ運動公園で、春の日差しの中でお友だちと一緒に散歩したり、大きなバルーンで遊んだりしましょう!

12日(金)『タンポ(絵の具)で遊ぼう!』 10:00~11:00
※みはら神明の里(神明ホール)
絵の具をタンポにつけてポンポン! 絵具あそびを楽しみましょう!

16日(火)『運動公園でシールラリー!』 10:00~11:00
※10:00 やまみ運動公園第2駐車場 現地集合 (雨天中止)
やまみ運動公園で、お友だちと一緒にシールラリーを楽しみましょう!

「えいごであそぼう!」
※みはら神明の里
(神明ホール)

Kouiti 先生と一緒に身近な英語であそびましょう!!
4月は「こののぼり」に触れてあそびます。
子どもも大人も一緒に Let's English♪

「てがた・あしがた deco」 ※みはら神明の里(神明ホール)

尾道で活躍されている“ベビー&ママ hahaco”の前先生をお招きして子どもさんのてがたやあしがたを使って可愛い作品を作ってもらいましょう。

1部「てがた deco&ベビーマッサージ」 10:00~10:45
対象: まだハイハイが出来ないお友だち

2部「てがた deco&ハイハイ・かけっこ競争」 11:00~11:45
対象: ハイハイ・あんよが出来たお友だち

朝ごはんを食べると、いいことがある！

朝ごはんを食べるとどんないいことがあるのかな？

朝食ぬきだと

体温が上がらない



眠い・だるい



運動・勉強に集中できない、
思考力が働かない

朝ごはんを食べると体温が上昇し、脳が覚醒
するので身体が機敏に対応します。

保育園や幼稚園、学校で、友だちと楽しく遊
び、ケガが少なく学習にも集中できます。

『はじめよう朝ごはん』 倉信均（芽ばえ社）参考

バランスのよい朝食を食べると

体温が上がる



脳が目覚める



楽しく遊ぶ・ケガをしない



集中力・探究心・学力アップ、
ものごとへの興味



バランスのよい朝食

主食

+

主菜

+

副菜

の食事



わが家のパターンをつくりましょう！ 「食べ物文化」No.415 新村恵美子（芽ばえ社）より

●和食のパターン

【献立①】

ごはん
野菜たっぷり味噌汁
前日のおかず

【献立②】

納豆ご飯（青菜やしらすを入れるとグー！）
かきたま汁
茹で野菜のごま和え

【献立③】

具入りおにぎり（何を入れてもOK!）
豆腐入り味噌汁
煮卵

●洋食のパターン

【献立①】

トースト
野菜スープ
オムレツ

【献立②】

ロールパン
飛鳥汁（味噌汁の仕上げに
牛乳を。パン食に合います）

【献立③】

フレンチトースト
コーンスープ
茹で野菜