

第19号ほがらか通信

令和6年6月発行 6月・7月号 保土ヶ谷区育児支援センター園
天王町保育園・神戸保育園

梅雨があけたら、夏も本番。保育園の園庭では夏野菜がすくすくと育っています。お子さんと一緒に、スーパーや八百屋さんで売られている野菜が実っている様子を、見てみませんか？ 親子の会話ははずみますよ！



食事は **楽しい** が一番大事！ おやつも小さな食事です



子どもが食事を食べず、おやつ（お菓子）ばかりを欲しがって困るとお悩みの方は次の点に注意してはみましよう



時間を決める

おやつは時間を決めて食べましょう。子どもが時計を読めない年齢でも、親が時計を見て「おやつの時間だよ！」と伝え一緒に楽しくおやつを食べると、おやつの時間を心待ちにするようになります。



量に気をつける

食べる量もその後の食事に影響します。最初から食べきっていい分量を出しましょう。見ると全部ほしくなったりしますので、残りはしまっておきましょう。夏場の水分補給（水やお茶）は欲しがるだけあげてOKです。イオン飲料や牛乳には配慮が必要です。



食事も取り入れて

保育園のおやつには、小さいおにぎりや焼きそば、スパゲティなどの食事メニューもあり人気です。旬の野菜（スティックきゅうり・ゆでたウモロコシ・ふかし芋）なども喜んで食べています。ただ好みもありますので、お菓子に偏らないおやつを、工夫してみてください。



大人が管理する

子どもが自分で取り出せないところにしまうか、「これは大人が出す物だから子どもは触らないよ」と約束するなどして、自由に食べたり、飲んだりしないようにしましょう。（ママだけの秘密の場所にしまうのもいいですね）

おやつには楽しい心の栄養という大切な役割もあります。だからこそ、おやつを物事の駆け引きに使ったり、お菓子でごまかしたりすることはやめましょう。

参考文献：保土ヶ谷区「食生活～楽しくたべる子どもに～」保土ヶ谷区福祉保健課健康づくり係

お気軽にどうぞ！



子育て中でちょっと気になること 話してみませんか？



センター園の育児相談

月曜日～金曜日 9:00～15:30
天王町保育園 ☎331-1837
神戸保育園 ☎333-6247

区役所の子育て相談

月曜日～金曜日 8:45～17:00
☎334-6396

西部療育センター

心身の発達やことば・きこえについての相談
☎353-6933

こっころ 横浜子育てパートナー

火曜日～土曜日 9:30～15:30
☎336-9707

保育園へあそびにおいでよ！

6・7月の子育て支援情報

保育園名	日時	支援事業	参加方法
アスク和田町保育園 TEL 340-0337	毎月(土)不定期10:00~11:00	園庭開放・保育室開放:未就学児の親子	要問合せ
岩間保育園 TEL 348-2022	6/6(木) 7/2(火) } 10:30~11:45	子育て支援広場 0歳児~未就学の子と父母・祖父母・妊娠中の方 「ピーチ」 岩間ワークス(市民プラザ)3階和室	直接どうぞ 出入自由
えぶち保育園 TEL 383-0600	6/19(水) 7/17(水) } 10:00~11:00	プチ保育園体験:1歳~未就学児の親子各クラス2組程	事前各園申込
えぶち保育園分園 TEL 381-6006	6/26(水) 予備日6/27 9:45~	じゃが芋掘(えぶち保育園のみ)1歳~未就学児の親子4組	事前申込
えぶちにしや園・えがお園 TEL 373-7333	6/19(水) 7/17(水) } 9:30~11:30	プチ保育園体験:1歳~未就学児の親子各クラス2組	事前申込
キッズハーモニー・ほどがや TEL 286-3310	6/27(木)10:00~10:45	水あそび:1歳~未就学児の親子3組 雨天:ホールで「お水であそぼ」	事前申込
境木保育園 TEL 351-5619	毎週月~金10:00~12:00 (火)・(木)10:00~12:00	園庭開放:未就学児の親子 育児相談:未就学児の保護者 ※駐車場あり	要問合せ
笹山保育園 TEL 381-7465	毎週火・水・木10:00~11:30 6/12(水)10:00~11:30 7/3(水)10:00~11:30	園庭開放:未就学児の親子 小麦粉粘土で遊ぼう:1歳~未就学児の親子3組 たなばた飾り作り:1歳~未就学児の親子3組	直接どうぞ 事前申込 事前申込
新桜ヶ丘保育園 TEL 351-6087	月~金9:30~11:30 月~金9:30~11:30	園庭開放:1歳~未就学児の親子 ランチ交流:1歳3ヶ月(離乳食完了)~未就学児の親子	直接どうぞ 事前申込
スターチャイルド(和田町) TEL 348-2770	6月毎週(月)10:00~11:00	園庭開放:未就学児の親子	直接どうぞ
千丸台保育園 TEL 381-2898	毎週(木)10:00~12:00	園庭開放:未就学児の親子	直接どうぞ
西谷保育園 TEL 371-2646	毎週(土)10:00~11:30	園庭開放:未就学児の親子	直接どうぞ
にじいろ保育園天王町 TEL 744-7938	6/19・7/17(水)9:45~ 10:30	園庭開放:0~2歳児の親子5組	要問合せ HP予約可
にじいろ保育園和田町 TEL 332-2110	随時 月1回開催10:00~11:00	育児相談 } 未就学児の親子 絵本貸出し } 園庭開放 HPIにて要日程確認	要問合せ HP予約可
合歡の木保育園 TEL 338-1052	6/6・13・27(木) 10:00~11:30	園庭開放:未就学児の親子	直接どうぞ
初音丘学園 PICCOLINO TEL 331-3373	第1・3(月・金)10:00~11:00 第2(月・金)11:00~12:30 6/15(土)11:00~12:00	園庭開放:未就園児の親子5組(お弁当ピクニック有) ランチ交流:1歳~未就園児の親子2組 親子で楽しむクッキング:未就園児の親子8組	電話申込 電話・LINE ハマハグ申込
ひかりの風保育園 TEL 333-2011	6/11(火) 10:00~11:00	園庭開放:1歳~未就園児の親子10組まで	事前申込
星川こども園 TEL 332-1631	随時10:00~/15:30~ 随時	園庭開放:1歳~未就学児の親子 併設の発達支援事業「まなびの森+リ星川」療育体験等可	事前申込 要問合せ
星川ルーナ保育園 TEL 348-1152	7/30(火) 9:30~11:00	交流保育:「FunFunルーナ」1~2歳児の親子10組 星川ルーナ保育園又はりとる・ルーナ保育園で開催します	1か月前 12:00~ 事前申込み
りとる・ルーナ保育園 TEL 336-1150			
保土ヶ谷保育園 TEL 341-6815	7/5(金) 9:30~10:00 月~金9:30~11:30 月~金9:30~16:00	交流保育:七夕集会(6/1~受付) 園庭開放 } 未就学児の親子 絵本貸出し(めだか文庫)	事前申込 直接どうぞ
明神台保育園 TEL 332-1093	6/12・19・26/7/10(水) 6/5(水) ※すべて時間は 7/3(水) 10:00~11:00	園庭開放 } 未就園児の親子 おたのしみ会 } 七夕飾りをつくろう }	直接どうぞ 事前申込
ゆめの樹保育園ほどがや TEL 459-5108	6/3・10・24・28 } 9:30~ 7/2・9・16 } 11:00 7/5	園庭開放:未就学児の親子 ※雨天は室内遊び 交流保育:七夕保育:未就学児の親子先着3組	直接どうぞ 直接どうぞ 事前申込
若葉保育園分園 TEL 712-1960	6/13・20・27 } 10:00~ 7/18 } 11:30 7/25	室内あそび:わかばひろば } 未就学児の親子 園庭開放:第2園庭 } 誕生日会・身体測定:わかばひろば ※いつでもお問合せください	直接どうぞ
認定こども園和田愛児園 TEL 331-4534	6/6(木)11:00~12:00 6/20(木)10:00~11:00 7/9(火)11:00~12:00	ふれあい動物園 } 年齢・人数の指定はなし 七夕飾りを作ろう } すいかわり }	事前申込
岩井保育園 TEL 713-1790	毎週水・木・金10:30~12:00 6/26・7/24(水)9:45~11:00	園庭開放:未就学児の親子 子育てサロン:いわっこルーム:0歳~2歳位の親子	直接どうぞ 直接どうぞ
神戸保育園 TEL 333-6247	月~金9:30~14:30	園庭開放 } 未就学児の親子 なかよし文庫:絵本の貸出し }	直接どうぞ
天王町保育園 TEL 331-1837	6/3・7/1(月)10:00~ 6/11(火)・7/3(水)10:00~	赤ちゃんの日:1歳のお誕生日前の親子先着6組 誕生会:未就学児の親子先着3組	事前申込