



8月号 わくわく子育て支援センター No.39



☆水戸市子育て支援拠点事業

わくわくの森保育園 ご利用時間 10時～15時

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---------------------|---------------------|---------------------|-----------------|----|
| <p>※ケガの責任は負えませんので、室内・園庭ともにお子様から目を離されないようお願い致します</p> <p>※予約日…8月の予約日は7月27日(水)からスタートします</p> <p>※予約時間(平日のみ)…15時～17時の間におかけ下さい</p> <p>※なお、当日予約は9時20分～10時までです</p> | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 身体測定・手形アート 相談タイム | 身体測定・手形アート 相談タイム | 身体測定・手形アート 相談タイム | 身体測定・手形アート 相談タイム | 仕事復帰相談 相談タイム | ★ |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 0歳児ひろば 相談タイム | 0歳児ひろば 相談タイム | 園庭開放 相談タイム | ★ | 園庭開放 相談タイム | ★ |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 園庭開放 相談タイム | 園庭開放 相談タイム | 0歳児ひろば 相談タイム | 0歳児ひろば 相談タイム | 園庭開放 相談タイム | ★ |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 1歳児ひろば 相談タイム | 1歳児ひろば 相談タイム | 8月誕生会 相談タイム | 1歳児ひろば 相談タイム | 園庭開放 相談タイム | ★ |
| 29 | 30 | 31 | | | |
| 2歳児以上ひろば 相談タイム | 2歳児以上ひろば 相談タイム | 子どもの睡眠を学ぶ 相談タイム | | | |



※わくわく支援センターでの活動や製作は、お子様の年齢に関係なく参加出来ます。

※相談タイムは毎日行っています。また、お電話での相談も出来ますのでご利用ください。

※園内および保育室内での動画の撮影はご遠慮ください。

◎子どもの睡眠を学ぶ◎

○うちの子の睡眠は足りているのかな？と疑問に思う時がありませんか？
子どもって何時間寝ると成長にいいのでしょうか？
育児書等では、お昼寝と合わせて10時間の睡眠が理想という考えが多くあります。



○睡眠時間を中心に1日の流れを考えてみましょう。
例えば夜20時に就寝するには、お風呂や夕食は何時になりますか？
でも、就寝時間に合わせて1日を過ごす事が難しい場合もあります。
そこで、1日のデイリースケジュールを作ってみましょう。
スケジュールを見直すことで、十分な睡眠時間がお子さんやお家の方にやってくる
かもしれませんよ♪

◎今月の手作りおもちゃ◎



☆ペットボトルを使って水遊びやお風呂で
使えるおもちゃを作しましょう♪

☆仕事復帰相談会・・・仕事復帰に対しての不安や心配を相談してみませんか？



☆身体測定と足形アート・・・身長や体重を測りましょう。手形でかき氷を作りましょう

☆8月の誕生会・・・手形や誕生日のお座りアートを撮りましょう

☆年齢別ひろば・・・うちわの製作と縁日ごっこのお昼寝アートやお座りアートのお写真を撮りましょう

☆子どもの睡眠を学ぶ・・・上記のコラムにある睡眠と家族のデイリースケジュールを作成しましょう



◎10:00～11:30 定員 3組
スタッフによる消毒と換気
13:30～相談タイム
※1組ずつの相談となります。

◎コロナウイルス感染者数に応じて
定員の方は変動しますのでご了承ください。

- ※ 昼食・おやつ等の食べ物はご遠慮お願いします。飲み物・ミルクはご利用いただけます。
- ※ おもちゃの数を減らして対応させていただきます。お家で遊んでいるおもちゃを持って来ても大丈夫です。
- ※ お家を出る前に、手洗いと検温を行い体調の確認をして下さい。
なお、入室の際にも検温を行いますのでご協力をお願いします。
- ※ オムツを交換の際は、持参したオムツ替えマットをご使用ください。
- ※ コロナウイルスについてはHPにも掲載してありますのでご確認ください。



☆駐車場は砂利側
(入って右側)を
ご利用ください。