

2022年 1月号



社会福祉法人 雲柱社 祖師谷保育園
〒157-0065 世田谷区上祖師谷3-20-17
☎03-3326-1131

おひさまひろば直通番号070-2472-3884
【電話受付時間9:30~16:00】



プログラム
1/5(水) 予約開始
(1/22講座のみ
12/23~です)

明けましておめでとうございます。年末年始、子どもたちにとって楽しいのはもちろんですが、大人にとっても楽な時間になるといいなと、この時節いつも思われます。色んな意味で大人は大変なことの方が多いですからね。でも、先月22日の冬至を過ぎ、日は段々伸びていることを感じ嬉しくなります。そして、白木蓮の木の芽が大きく膨らんでいることも嬉しさを大きくしています。もう春の準備が整っている自然界。私たちが新年の声を聴くと、春の準備に向けて気ぜわしくなりますが、まずは春の喜びを感じるようにしたいですね。良い1年になりますように！ 園長伊藤美代子

1月22日(土) 13:30~15:00
子育て講座
ことばが伸びる上手な子育て
言語聴覚士の中川信子さんをお呼びして、子どものことばと心を豊かに育てるための大人の関わり方のヒントを一緒に学びましょう！

場所：祖師谷保育園ホール
対象：おひさまひろば利用者親子
要予約 先着12組 *託児なし

12/23(金) 予約開始

ご自宅での託児が可能の方はご協力
よろしくお願いします。

離乳食講座 試食&相談

どうやって作るの？食べさせ方は？離乳食は悩みがいっぱい。当園の離乳食を、お子様に食べていただきながら、お子様の「食べる力」を栄養士と一緒に考えます。(各3組要予約)

前期・中期→1/11(火)
費用：前期無料 中期100円
後期 →1/12(水) 費用：200円
完了期 →1/24(月) 費用：200円

*時間：11:00~12:00
*場所：おひさまひろばの部屋
*献立と主な食材(次頁<裏面>)をご確認の上、当日までに当該食材をご自宅でお試しの上ご参加ください。
*各期の参加は1回までとさせていただきます。

ひろばからのお知らせ

予定に変更があれば、祖師谷保育園ホームページ内のおひさまひろばコーナーにてお知らせします。

* 1月も、毎日午前(10:00~12:00)午後(13:00~15:00)の開所とします。
引き続き12:00~13:00は消毒タイムをいただき、感染対策を行いながら運営してまいりますのでご理解とご協力をお願い致します。

▲授乳・水分はお取りいただけますが、ひろば内での食事、カフェコナはお休みさせていただきます。
* ひろば内の人の密集を防ぐため、定員は3組前後の予約制とさせていただきます。
その週の月曜日の9:30から、1週間の利用予約が出来ます。沢山の方にご利用いただきたくため1家族につき、週に1回のご利用となります。開始時間になった時点で人数に空きがある場合は、週1回を超えてご利用いただけますのでお電話でご確認ください。
【☎受付時間 9:30~16:00】 * ひろば直通電話をお願いします。
* ひろば利用の前には、ご自宅で必ず検温して来て下さい。また体調がすぐれない際の利用はご遠慮いただけますようよろしくお願いします
* 利用の際は、マスクの着用、入室時の親子での手洗い、消毒にもご協力よろしくお願いします。

妊婦さんやパパのご利用もいつでも大歓迎です！

ぶれぱママ&0歳ぱママの会

これから出産を迎える妊婦さん、0歳のお子さんを持つママたち、そしてパパたちも、作り物をしながらおしゃべりしませんか？

ママのリラックスグッズ「マッサージボール」を作ろう

【対象】妊婦さんと0-4か月の親子
日時 1/26(水) 13:00~15:00
定員 3組
お喋りしながらマッサージボールを作って、日頃の疲れを癒しましょう！
材料費 100円

ホースのぽっんと落としを作ろう！

【対象】5-11か月の親子
日時 1/19(水) 13:00~15:00
定員 3組
時にはぽっんと落としに、時にはおまごとの具材に・・・意外にハイブリッドに遊べます！
材料費200円

1月の予定 おひさまひろば・ほっとステイ(一時預かり)に関するお問い合わせは、ひろば直通のダイヤル ☎ 070-2472-3884【受付時間9:30~16:00】までおかけください。

お知らせ	月	火	水	木	金	土	日
	12/28~1/4までお休みをいただきます。新年1/5からOPEN! 予約開始も1/5~となります。よろしくお願いします。					お休み	1 お休み
	3 お休み	4 お休み	5 午前開所(10:00-12:00) 午後開所(13:00-15:00)	6 午前開所(10:00-12:00) 午後開所(13:00-15:00)	7 午前開所(10:00-12:00) 午後開所(13:00-15:00)	8 お休み	9 お休み
	10 お休み	11 離乳食試食&相談(前/中期) 11:00~12:00 午後開所(13:00-15:00)	12 離乳食講座&相談(後期) 11:00~12:00 ばる児童館のひろばに出張 10:30~11:30 午後開所(13:00-15:00)	13 午前開所(10:00-12:00) 午後開所(13:00-15:00)	14 午前開所(10:00-12:00) 午後開所(13:00-15:00)	15 お休み	16 お休み
	17 手作りの会(ラグウオーマ) 10:00~12:00 午後開所(13:00-15:00)	18 午前開所(10:00-12:00) 午後開所(13:00-15:00)	19 午前開所(10:00-12:00) 0歳ぱママの会 13:00~15:00	20 午前開所 コーディネーターさん来所10:30~ 午後開所(13:00-15:00)	21 午前開所(10:00-12:00) 午後開所(13:00-15:00)	22 午前開所(10:00-12:00) 子育て講座「ことばが伸びる上手な子育て」13:30~	23 お休み
	24 離乳食講座&相談(完了期) 11:00~12:00 午後開所(13:00-15:00)	25 午前開所(10:00-12:00) 午後開所(13:00-15:00)	26 午前開所 わらべうた 11:30~12:00 ぶれぱママ&0歳ぱママの会 13:00~15:00	27 午前開所(10:00-12:00) 午後開所(13:00-15:00)	28 午前開所(10:00-12:00) 午後開所(13:00-15:00)	29 お休み	30 お休み
	31 午前開所(10:00-12:00) 午後開所(13:00-15:00)	ほっとステイ(一時預かり)ひろば内で行っています。美容院に行きたい、自分の時間が欲しい!等理由に関わらずご利用いただけます。(利用の際、登録と面談要) *子育て利用券の利用も可能です。					

1/12(水) 10:30~11:30
児童館のひよこひろば
ビニール凧づくりに出張

1月といえば凧あげ!! ばる児童館でビニール凧をつくって、公園と一緒にとばしにいこう!
(雨天の時は児童館の中で完結します。)
対象：概ね1歳~2歳くらいの親子 要予約5組
集合：ばる児童館現地集合
※場所がわからない方はひろばで待ち合わせして一緒に行きましょう!

1/26(水)11:30-
親子でわらべうた

わらべうたの講師の久津摩先生がいっぱいいます。ゆったりとのおしゃべり、親子でふれ合いの時間を過ごしませんか?
ひろばの利用予約が必要で定員3組です。

今月の制作
遊びにいらした時にいつでも作れます。
お子さんの足形で2022年のカレンダーを作ろう!

1/20(木) 10:30-11:30
地域子育て支援センター
子育て相談

子育ては分からないことばかり。あなたの困ったを一緒に考え、お手伝いするコーディネーターさんがいらっしゃいます。
*当日の利用予約要

身近なもので手作りの会
1/17(月)10:00~12:00
編み編みレグウオーマ

ふんわりあったかレグウオーマ。ゆっくりおしゃべりしながら、かぎ針でアミアミしましょう!初心者でも簡単の持ち物：中細~並太の毛糸2玉、かぎ針(7ツリ100%でなく毛が入っているもの)

2 ピースのぽっんと落とし

先月キャンセル待ち続出だったピースのぽっんと落とし。リクエストに応じてキットを先着3セット準備しました。来所時に作りましょう!声をかけてくださいね!
(材料費300円)

1月もお誕生日会は来所時に個別にお祝いします!



離乳食 献立と主な食材



期	日にち	献立名	主な食材
離乳食 (前期)	1/11 (火)	おかゆ さつまいもペースト かぶペースト 野菜汁	おかゆ さつまいも かぶ
離乳食 (中期)		おかゆ 白身魚煮つぶし さつまいも煮つぶし スープ	米 まだい、人参、ほうれん草 さつまいも かぶ
離乳食 (後期)	1/12 (水)	トースト/ミルクパンがゆ じゃがバーグ ブロッコリー煮 豆乳トマトシチュー スティック人参	天然酵母食パン じゃが芋、鶏ももひき肉、玉葱、 なたね油、ブロッコリー、人参 豆乳、米粉、トマト、白菜 人参
離乳食 (完了期)	1/24 (月)	カレーうどん 豆腐ステーキ ポテトおやき プレーンヨーグルト、 スティック大根、 いちご	うどん、白菜、人参、しめじ、 カレー粉 豆腐、米粉、なたね油、 じゃが芋、米粉、なたね油、 プレーンヨーグルト、大根 いちご