

今年も残すところ1ヶ月、早いですね。寒さもこれからが本番です。コロナ感染者が増加傾向にあるのは心配ですが、適度な外気浴を取り入れながら無理なく過ごしてください。

ひろばでは、暖房をつけながら窓を少し開けて常時換気を行う予定です。遊びに来る際には、室内でも羽織ることができる上着を持ってきてもらえたら安心です。工夫しながら冬を乗り越えましょう！

投げる遊び

子ども達は物を投げるのが大好き。ひろばでもおもちゃを投げてしまって叱られているお子さんの姿をよく見かけます。硬いものや危険なものは危ないので、その場で注意してお子さんに教えてあげるの大切ですが、たまには投げただけ投げさせて遊ぶのも楽しそうですね。室内でもできるので、外に行けない日には是非試してみてください。

投げて遊べるものは、市販のボールでもよいですが、工夫して作ってみてはいかがでしょうか。タオル、手袋、靴下、レジ袋、スポンジ、新聞紙、傘袋…を、丸めたりゴムで留めたり。レジ袋や傘袋は、子どもが油性ペンで描いたり、シールをはったりしてから膨らませると、子どもも喜びそうです。傘袋は棒状のボールになり、形も面白い

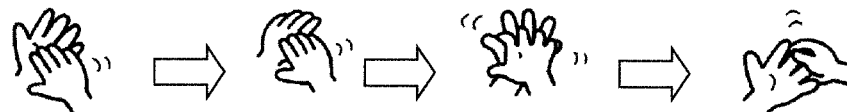
上に、子どもが投げても長く飛ぶ優れたものです。投げるのに慣れてきたら保護者が持ったフープに投げるのも楽しいですよ！



保健コーナー

正しい手洗いを！

手洗いは風邪や感染症の予防にもつながります。最近では、感染性胃腸炎が流行り始めています。アルコール消毒は効かないので、外遊びの後、トイレの後、食事の前、汚れた後にはしっかり手を洗う習慣を付けましょう。30秒かけて洗うと、ばい菌がいなくなりますよ！！



- ①手のひら ②手の甲 ③指の間 ④指先・爪

- ★しっかりと泡立てましょう
★指と指の間、指先、手首は洗い残しが多いので注意！
★最後に蛇口も泡で洗いましょう。

栄養コーナー

免疫力を高めましょう

○コロナウィルスに限らず、風邪やウィルスによる感染症が流行しやすい季節になってきました。ビタミンが豊富なほうれん草や柑橘類、ポリフェノールが含まれるりんごや大豆、ゴマなど抗酸化作用のある食材は、ウィルスなどの外的から身を守る役割があります。手洗い・うがいをしっかりすることはもちろん、食事で体の免疫力を高める工夫もしていきましょう。

○白菜・大根・かぶなどの冬野菜には、体を温めたり、風邪を予防する効果があります。鍋やスープに入れて食べれば胃腸の調子が悪い時でも摂取しやすく体もポカポカに。栄養価が高い今が旬の冬野菜を食べて寒い時期を乗り越えましょう！



<室内開放・イベントの予約方法>



○感染症対策のため、1日3組の電話予約制とします
○前週月曜日から当日までに電話で予約してください。
例：12/7(月)9(水)11(金)→11/30(月) 9：30より電話予約開始

予約電話番号 ひろば直通 080-1269-7070

予約受付時間 室内開放時 月・水・金 9：30～12：30

※キャンセルは原則禁止ですが、体調が悪いなどでキャンセルする場合はご連絡ください。

※予約がいっぱいになった後でキャンセルが出た場合は、当日予約を受付けます。

※室内開放は、お子さんに合わせて開放時間内にお越しください。

※イベントがある日は、室内開放はありません。

※車で来園される方は、電話で予約を入れる時にお伝えください。当日は保育園で
駐車票を受け取り、車外から見えるところに提示してください。

※ご兄弟を連れて参加する場合は予約受付時にお伝えください。



ご利用にあたってのお願い

○ご利用前に必ず検温をお願いします。お子さんと保護者の方のどちらかが37.5℃以上の熱がある場合や体調が優れない(鼻水・咳・喉の痛み・だるさ・頭痛・味覚嗅覚異常・腹痛・下痢・発疹など)場合はご利用をご遠慮ください。

○保護者の付き添いについては、1家族につき保護者1名でのご利用をお願いいたします。

○入口で手指消毒をお願いいたします。

○利用時には保護者の方はマスクの着用をお願いいたします。マスクの着用がない場合は、ご利用ができませんのでご注意ください。

○室内の換気を行いながらご利用いただきます。気候により室温が適温にならない場合がありますので、衣服の調整ができるようお願いいたします。

○お子さんが水分補給を行えるよう、飲み物(お茶や水など)をご持参ください。

○昼食スペースは当面の間休止します。

○3密にならないように距離を意識してのご利用をお願いいたします。

<12月の予定>

※詳細はひろばカレンダーをご覧ください



りんりんひろば 都営金森第6アパート 第2集会室

♥室内開放(昼食スペースは休止中)

毎週 月・水・金(12/30、祝日、イベントの日を除く)

9：30～12：30 要予約・3組

♥寝相アート 0歳(テーマ：クリスマス)

12/2(水) 10：30～11：30 要予約・3組

♥寝相アート 1歳～(テーマ：クリスマス)

12/4(金) 10：30～11：30 要予約・3組

♥スクラップブック作り

12/9(水) 10：30～11：30 要予約・3組

講師の先生が教えてくださいます。今回はクリスマスの作品です。

持ち物：材料費300円、写真 ハガキサイズ1枚 又は L版2枚



※園行事・朝カフェ・園庭開放は、中止とします。



子育て相談 月・水・金(祝日は除く)

要予約 10：00～15：00



<マイ保育園の登録はお済みですか？>

「ハーフバースデー寝相アート」「バースデー寝相アート」

「2か月分の予定お知らせ」「朝カフェ」の特典があります。

2園目、3園目の登録でもOK！お待ちしております♪

