

お気軽にあそびにきてくださいね！



令和7年 7月

問い合わせは巨勢保育園 (26)4247 9時～17時

巨 勢 保 育 園 育児相談は随時受け付けています。ホームページ <http://www.kosehoikuen.com>



7月の予定

- 2日(水) **赤ちゃんたんぽぽ**
「七夕かざり作り」
 - 12日(土) 「巨勢保育園夏まつり」
 - 16日(水) 「絵本の部屋から～
きんぎょがにげた」
 - 23日(水) **赤ちゃんたんぽぽ**
「子どもの心を育む
タッチケア教室～助産師の話」
 - 25日(金) 子育てサークル支援(北川副公民館)
- * 予約は1日(火)から、実施日前日9時～16時まで。
* 欠席される時は、連絡をお願い致します。
* 火曜日…園庭開放(10時～16時)
* 『赤ちゃんたんぽぽ』は、
1歳3か月未満の赤ちゃんサロンです。
* ご不明な点は、お気軽に園にお尋ね下さい。
* 持ち物は各自でご持参下さい。
(水筒、帽子、着替えなど)
* 内容は変更になることがあります。

快眠のための
ヒント

たっぷり眠って夏の疲れを吹き飛ばせ！

暑さで体力を消耗した身体は、しっかり休めないと体調を崩してしまいます。夏は楽しいイベントも多いので、たっぷり睡眠をとって元気に過ごしましょう！



● 早寝早起きで生活
リズムを整える

● お風呂に入って
さっぱりする



● 汗を吸いやすい
パジャマを着る



● クーラーや扇風
機を使って
部屋を
涼しく



● おなかを冷やさない



管理栄養士の中野愛先生より、離乳食を始めるサインや進め方、おやつや栄養バランス等についてのお話を頂きました。質疑応答では、沢山の質問があり、熱心に聞かれるお母さん方の姿が印象的でした！また、簡単に作れるレシピも教えて頂きましたのでご紹介

鮭のポテトサラダ

<材料>

- じゃがいも…40g
- 生鮭…10g

<作り方>

- ① 鮭は皮と骨を除く。
- ② じゃがいもは皮を剥いて薄切りにし、鍋に入れてかぶるくらいの水を加え、中火でゆでる。
- ③ やわらかくなったら①を加え、鮭に火が通ったら、鮭とじゃがいもを取り出す。じゃがいもと鮭を粗く潰し、ゆで汁で硬さを調整する。



6月サロンでのひととき

ころころたまご
で、うたあそび♡

運動遊びでかえる
に変身したよ！

七夕かざりをつく
ったよ☆