

子育てサロン「ぱんだのへや」

ぱんだのへや 8月号

平成30年7月25日 発行

手稲区保育・子育て支援センター
「ちあふる・ていね」

手稲区手稲本町3条2丁目4-15
TEL：681-3162
FAX：694-2749
(祝日を除く月～土曜日
9：00～17：00)



不安定な空模様で雨の日が長く続きましたが、ようやく太陽が顔を出し、強い日差しを感じるようになりました。いよいよ本格的な夏の到来ですね。

これからの時期は、イベントや旅行など外出をする機会も多くなると思います。暑さで疲れやすい時期でもあるので、早めに就寝するなど規則正しい生活を送れるように心がけ、短い北海道の夏を楽しみましょう。



8月は野菜摂取強化月間です！

札幌市では、野菜をたくさん食べることを推進し、8月を“野菜摂取強化月間”に定めています。大人が1日あたりに摂取する野菜の目標量は350g、子どもは大人の1/2～2/3とされています。

旬の夏野菜には、ビタミンやミネラルが豊富に含まれています。ビタミンは体の調子を整え、ミネラルは体温を調節してくれます。食欲が落ちるこの時期は、意識して野菜をたくさん食べ、暑い夏を乗り切れるようにしましょう！

ぱんだのへやには、保育園の給食で提供している野菜を使った料理のレシピも多数ありますので、ぜひそちらもご覧ください。



水遊び、楽しいね！



ぱんだのへやでも水遊びが始まりました。気温が高く日差しがある日は、園庭に用意したタライやビニールプールで、今しかできない夏ならではの遊びを親子で楽しんでいます。

水遊びが初めてのお友達は、タライの中に手を入れて水の感触を確かめたり、慣れているお友達は、ビニールプールの中に腰を下ろし、バケツやジョウロを使ってじっくり遊んだり、それぞれに笑顔を見せながら過ごしています。暑い日は、ぜひちあふるに来て、水遊びを楽しんでください。水遊びは、8月中旬までの予定です。



【今年の水遊びの様子】

～ていぬくん情報～



「手稲ぱわふる☆きっずらんど」

手稲区内の大学、高校の学生・生徒が実行委員となり、地域支援者にサポートをしてもらいながら、子どもから大人まで一緒に楽しめるイベントを企画しています。当日は、たくさんの学生・生徒や地域の方々が、楽しい遊びのコーナーを準備して、親子が来てくれるのを待っています。

ぜひ、遊びに行ってみてくださいね。

靴を入れるビニール袋と、水分補給の飲み物をお持ちください。上靴は不要です。

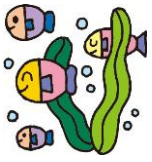


【昨年の様子から】

8月11日(土・祝)

10:00～11:30

会場：北海道科学大学 体育館
(前田7条15丁目)



8月の予定

【ぱんだのへやの利用時間】
月～土曜日9：00～17：00（祝日を除く）

*お楽しみ(読み聞かせなど)

毎日 11：30～11：45/16：40～16：55

*ホールであそぼう 水曜日 15：30～16：00

年4回 10：00～11：00

*誕生会 11：20～11：40

*身体測定 9：30～11：00/13：00～15：00

*サンデーサロン 10：00～12：00

日	月	火	水	木	金	土
			1 ホールであそぼう	2 直接お申込みください 札幌市社会福祉総合センター TEL 623-2415	3	4
5	6	7	8 サポートセンター 説明会 ホールであそぼう	9	10	11 山の日
12 サンデー サロン	13	14	15 ホールであそぼう	16	17	18
19	20 誕生会 &身体測定	21 栄養士の 食育アドバイス 「野菜を食べよう」	22 ホールであそぼう	23	24	25
26	27	28	29 ホールであそぼう	30	31 	

栄養士の食育アドバイス

「野菜を食べよう」

食育情報をお伝えします。
終了後に栄養相談もできます。

8月21日(火) 11：15～11：40

ぱんだのへや

★申込み不要です



ちあふる・ていね 運動会のお知らせ

9月8日(土) 8：50 集合

運動会に参加して、

一緒に雰囲気を楽しんでみませんか？

★会場：手稲中央小学校 グラウンド

※雨天時は体育館で開催

(手稲本町3条2丁目6-1)

★対象：「かけっこ」ができる就学前のお子さん

★定員：15組(先着順)

★開会式、かけっこ、親子競技に参加できます。



申込み：8月29日(水)～9月6日(木)

電話か、直接来所でお申込みください。

<申込み先> TEL 681-3162

(ちあふる・ていね)

<受付時間> 月曜日～金曜日(祝日は除く)

9：00～17：00

※持ち物等の詳細は、申込みの際にお伝えします。

※駐車場はご利用いただけません。

♪今月の制作遊び♪

くるりんロケットをつくろう！

8月20日(月)～8月25日(土)

持ち物は、
不要です。



「ぱんだだより」は、ホームページ
「さっぽろ子育て情報サイト」や
「子育て情報アプリ」からも見ること
ができます。

