

5月

玉名市地域子育て支援センター

森のひろば 第131号

ログさんち便り

2019 おおらの森保育園

玉名はもう日差しも眩しく、半袖でも過ごせる陽気になり、カエルやミミズなどの生き物も活発に動き始める季節。『二十四節気』で「立夏」にあたるのもうなづけます。新緑も青々として気持ちの良い風が吹き渡る、くぬぎの森の展望台へ行ってみませんか？

ログさんちの様子

エンジョイ☆イングリッシュ



森の感謝祭



自然くらぶ

お花見



【発行元】森のひろば ログさんち 玉名市大倉 1503-1 Tel/Fax 0968-74-6931

*開所時間 9:30 ~ 14:30 *子育て相談電話 9:30 ~ 16:00

「ログさんち」のホームページに、「ログさんち便り」や楽しい遊びの様子を載せていますのでご覧ください。

ログさんち

検索



ログさんち
QRコード



5月の計画

日	月	火	水	木	金	土
誕生会や講座の予約は、9時30分から電話でも受け付けています。			1 即位の日 	2 国民の休日	3 憲法記念日	4 みどりの日
5 こどもの日	6 振替休日	7 好きな遊び	8 身体測定	9 (別記) 親子体操教室	10 好きな遊び 	11
12	13 シール遊び	14 シャボン玉とばそ!	15 (別記) 離乳食教室	16 好きな遊び	17 (別記) エンジョイ☆イングリッシュ	18
19	20 (別記) 自然くらぶ 	21 好きな遊び	22 (別記) 誕生会&石窯ピザ作り	23 (別記) 「たまたばこ」読み聞かせ会	24 好きな遊び	25
26 	27 好きな遊び	28 お花の製作遊び	29 (別記) 赤ちゃんヨガ講座	30 ケーナとギターのゆるコン	31 好きな遊び 	

親子体操教室

体操のお兄さんと一緒に、元気に体を動かしましょう。動きやすい服装でご参加ください。

- 日時：5月9日(木) 10:30~
- 場所：ログさんち



エンジョイ☆イングリッシュ

ベンジャミン・ジェームズ・クラウザ先生の英語のレッスンです。野菜や動物、数字などの英単語を音楽にのせて楽しく教えてくださいます。

- 日時：5月17日(金) 10:30~



誕生会&石窯ピザ作り

無農薬米粉ピザを作って、誕生月のお友だちをお祝いします。ピザ作り未経験の方も参加できます。

- 日時：5月22日(水) 10:20~
- 持参物：ピザのトッピング材料(チーズ・具材・ピザソース等)、エプロン、三角巾
- 4月22日(月)より予約開始。



「たまたばこ」読み聞かせ会

「絵本の会たまたばこ」のお母さん方による読み聞かせ会です。かわいい手袋シアターや大型絵本、季節のお話や童謡など、楽しい時間です。

- 日時：5月23日(木) 10:30~



離乳食教室

大人用の野菜スープを取り分けながら、初期から完了期まで学べる離乳食教室を行います。

- 日時：5月15日(水) 10:15~
- 講師：江藤ひろみ先生(管理栄養士)
- 持参物：エプロン・三角巾
- 4月22日(月)より予約開始(初めての方優先)。



自然くらぶ



親子でのんびり森をおさんぼしたり、野菜の種まきや収穫などの農園体験をしたりする時間です。幼児期に自然体験をすることで、豊かな感性を育みます。汚れても良い服装でご参加ください。

- 日時：5月20日(月) 10:30~
- 服装：帽子・水筒・長靴 ●雨天中止

おとなだけの参加も大歓迎



赤ちゃんヨガ講座



赤ちゃんの発育を促し、親子の絆を深めるベビーヨガ。赤ちゃんとのコミュニケーションツールとして学びましょう。



- 日時：5月29日(水) 10:30~
- 講師：池田徳子先生 ●持参物：バスタオル
- 5月7日(火)より予約開始。



ログさんち

子育て情報板



食べる前には せっけんで手を洗おう

1歳児は、手のひらだけをゴシゴシこするよう見本を見せ、手を添えて手の甲や指の間は大人が洗い、流します。

2歳児は、手のひらでせっけんを泡立てて洗ったら、泡がついたままの手をもう一方の手の甲にのせてゴシゴシ。反対も洗い、両手をパーにして「お山を作って」と言いながら、指の付け根までしっかり組ませて、指の間を洗います。

3歳児は、手の甲を自然に丸めながら指先まで洗えるよう、また、手のひらを洗うときにも自然と指を開いて指の間も洗えるよう声をかけましょう。



食育

赤・緑・黄色の 3つの色を食べよう

3色をまんべんなく食べることで、元気がいっぱいみなぎり、健やかに成長します。

赤 …肉や血を作るたんぱく質
魚や貝類、肉、卵、豆製品
⇒食べると筋肉モリモリ！



緑 …体の調子を良くするビタミン
野菜・いも・果物・海藻類
⇒バイキンをやっつけてニコニコ元気！



黄色 …力や体温になる炭水化物や脂肪
穀物・砂糖・油脂・種実類
⇒力がモリモリ！



足元のチェックを しておきましょう

ほけん

扁平足とは？

立っているときや歩いているときに、土踏まずが地面に接触している足の状態を扁平足と呼びます。小さい子どもが、長く歩かせていると「だっこ、だっこ」と言って歩かなくなることがありますが、扁平足との関連はありません。小さい子どもにみられる扁平足の多くは、自然に正常化します。ほとんどの場合、放っておいても大丈夫です。

言葉の遅れが見られる場合や、歩行能力が年齢相応でない場合はなかなか自然に治りません。集団行動に支障がある場合は、医師の診察を受けたほうがよいでしょう。ほとんどの扁平足は病的なものでなく、治療も必要なく、日常生活に支障をきたすものではありません。大人になってからも何も困らない場合がほとんどです。

①つま先
足指が自由に動かせる
くらい(5~10mm)の
ゆとりがありますか？

②足の甲
面ファスナーなどで、
甲の高さがきちんと調節
できますか？

③かかと
ブカブカだったり、
つぶれていたりして
いませんか？

④靴底
足指の動きに合わせて曲
がりますか？
厚すぎたり、薄すぎたり
しませんか？

幼児期の足は…

- ◆骨が成長
- ◆土ふまずが発達
- ◆運動能力が発達



靴の役割

- ◆足を守る
- ◆足を支える



骨や土ふまずが発達の途中にある幼児期には、靴の役割は、とても重要です。年に1~2cm大きくなるので、半年に1回は、サイズのチェックを!!

こんなときは…

靴が足に合っていないのかも

- 転びやすい。
- 運動が苦手。
- 歩くのをいやがる。



森の木紹介 ★ヒトツバタゴ★



ログさんちの裏、桜坂への出口右にある。モクセイ科で、別名ナンジャモンジャ。朝鮮半島から長崎県・対馬に流れ着いたといわれる。珍しい木だったので「何じゃもんじゃ」と命名された。6月ごろ白い小さな花で樹冠を飾る。花には微香がある。

自然くらぶ

◇参加された方の感想◇

この春、「森のおさんぽ会」と「農園体験隊」が「自然くらぶ」にリニューアル！赤ちゃんから幼児まで参加できる自然体験を企画しています。もちろん大人の方だけでも参加できますので、森に癒されに来てください。4月3日（水）の初回には、たくさんの親子さんが集まり、「フィールドゲーム」と「野菜の収穫」を楽しみました。

- ・森のおさんぽと農園での収穫体験もでき、大満足でした！
- ・採れたての野菜は風味が良く一味違って、子どもたちが「おいしい、おいしい」とかぶりついている姿に癒されました。
- ・息子を3年間育ててきて、ゆっくりと木や葉を見て話したり人参の収穫をしたりするのは初めてでした。とても良い経験でした。
- ・満開の桜の下で、収穫したての人参をパクパク食べました。くすの木や葉のにおいを知らなかったもので、何度もかいていました。



知っていますか？ 環境基本計画

玉名市の第2次「環境基本計画」がこの4月スタートしました。第1次計画（平成26年～）が5年を経たため改定されたのです。改定の最大の眼目は、環境行政の事業を市民が直接評価し、各施策に反映させる方式を初めて取り入れたことです。

環境基本計画の目標は「自然と暮らしを守るふるさとづくり」。計画の対象範囲は①自然環境の保全②環境保全への意識啓発③循環型社会の形成—の3つ。この主要施策を11の施策に区分し、それぞれの指標（目安）に照らして市民が評価します。例えば施策区分「地下水の保全」の評価指標は①硝酸性窒素が検出されない②除草剤の使用量が25%減③水質が改善—。「温暖化の防止」の評価指標は①バイオマス発電施設が増加②節電取り組み件数が増加③公共交通機関利用者の

拡大—など。評価結果は公表され、さらに広く意見を聴き、報告書を作成、庁内に周知される。

計画改定に当たり「現状分析」のため詳細な市民アンケートを実施。「市の環境基本計画を知っていましたか」の質問に「知らない」は89.3%でした。

第2次計画の冊子は学校などに配布されるほか、玉名市環境整備課（☎75-1118）で入手できます。



◆今月の一句◆
子に母にましろき花の夏来る

（三橋鷹女）



… 木と花 クイズ …

- Q1. 玉名市の市の木、市の花は何か？
- Q2. 熊本県の県木、県花は何か？
- Q3. 熊本市の市の木、市の花は何か？



答え

- Q1. 小岱松、ハナショウブ
- Q2. クスノキ、リンドウ
- Q3. イチョウ、ツバキ



たまログURL QR コード

玉名市子育て応援サイト「たまログ」 <http://tama-log.org>

玉名市の子育て支援情報をスマホやパソコンで見ることができます。
各子育て支援センターの5月の活動予定も見ることができますので、どうぞ気軽にご利用ください。

玉名市 たまログ 検索