



# ひかりほいくえん



## 支援センターだより



こんにちは！ひかりほいくえん支援センターです。

毎日暑いですね・・・少し動くだけでも汗かく子どもにとってもこれだけの暑さは本当に辛いですね。

夜も寝苦しいと、夜中ぐずって泣いてしまったり、ママ&パパも寝不足になったりしてまいります。

大人にとっても、子ども達にとっても、疲れが溜まりやすいので、しっかり栄養をとって、時には、ゆっくり過ごす時間を意識的に作ってみてください。疲れている時は無理せず、ママ&パパのペースで過ごしてください。

### 暑い日どうすごしますか？

暑い日が続いていますが、どのようにお過ごしですか？

「家のクーラーが効かないから支援センターに遊びにきました」という方がいらっしゃいました。支援センターはどんな理由でご利用いただいてもOKです！気軽に遊びにきてくださいね。

夏の水遊びの方法として、ビニールプールや公園の噴水、またはお風呂場で水を浴びることも良いでしょう。

支援センターに、写真のようなウォーターマットが登場しました。マットの上に寝転がって冷んやりした感触を楽しんだり、叩いて音を楽しんだりと様々に楽しむ姿がありました。

あえて気泡を残してみたのですが、指でツツツすると、動いたりふたつに分かれたり、くっついたりして、これが楽しいのです。「おもしろいね」「楽しいね」「不思議だね」等と声をかけ一緒に楽しむことが、不思議を発見したり様々な事象に興味を持つという子どもの成長に繋がって行きます。お子さんと一緒に楽しむ、ゆったりのおんぶりとした時間を過ごしに遊びに来てください。



【ウォーターマットの作り方】

①圧縮袋に水を入れる。色をつけたい場合は、絵の具や食紅を使用してください。（洗濯糊を入れても良いです）

②好きなものを入れる。

③しっかり口を閉じる。OPPテープ（幅の広い透明なテープ）で止める。

※ジップロックを使用し二重にすると、漏れ防止になります。ジップロックだと冷蔵庫に入る大きさなので、冷やして遊ぶことも出来ます。

水が漏れる可能性があるのでレジャーシート等を下に敷くと安心です



### イベント情報

0歳リトミック 1日 (10:30~11:00)

ママのためのリセットヨガ 8日・27日 (10:30~11:00)

1歳・2歳リトミック 25日 (10:30~11:00)

ママ&ベビヨガ 18日 (10:30~11:00)

#### ママ交流会（要予約）

子どもの発達：12日(10:00~12:00)

医療的ケア児：19日(10:00~11:00)

ふたごちゃん：21日(13:00~15:00)

28日(10:00~12:00)

ひとり親の会：7日(10:00~12:00)

パパの会：5日(13:00~15:00)

上記のイベントはすべて参加費は無料ですが人数制限があります。人数に達した場合は駐車場入口付近に青い旗が立っていますのでご了承ください。

イベントについてご質問などございましたらいつでもひかりほいくえん支援センターにご連絡ください。

詳細はホームページ&Instagramをご覧ください



moms.sun  
moms.sun

Mom's sun 公式Instagram

こちらからMom's sunの様子やイ

イベントの紹介など

様々な情報を発信しています

ぜひQRコードから

アクセス&フォローお願いします。



MOMS.SUN

開所日 月・水・金曜日

(祝日はお休み)

時間 午前10時~午後3時

対象 0~3才の未就園児とご家族

定員 8組

※予約は不要ですが、定員になり次第来館の制限をさせていただきます。

お問い合わせ ひかりほいくえん

026-285-9434