

第76号 ほがらか通信

令和5年11月発行 11月・12月号 保土ヶ谷区育児支援センター園
天王町保育園・神戸保育園

散歩や外遊びが楽しい季節、お子さんと木の実や色づいた木の葉などを拾いに行ってみませんか？園庭開放や育児相談などを実施している保育園もあります。電話で日時を確認して、お出かけしてみましよう！

食べきれなくても、好き嫌いが多くても 食事は **楽しい** が一番大事！

子どもの食育で乳幼児期に一番大切にしたいことは「食事って楽しい！」という気持ちを育むことです。分かっているけど、ついつい口うるさく言うってしまうことも…今回はその中から「遊び食べ」の対処法についてお伝えします。

1～2歳に多い「遊び食べ」は好奇心の現れの1つです。少し見守って大丈夫。下記のようなことに注意して、楽しい食事の雰囲気をつくきましょう。



集中しやすい環境を整える

子どもは目に見えるものに反応しやすいので、おもちゃを見えないように片づける。テレビを消す。など気を付けてみましょう。



集中力が切れたら切り上げる

子どもの集中力は長続きしません。食事は30分くらいで切り上げましょう。「ごちそうさまでいい？」など子どもに聞いてから、片付けてOK。お腹がすけば次の食事でたくさん食べますよ。



お腹をすかせる

お腹がすいていないと、食べません。おやつ分量やタイミング、直前の飲み物なども胃の小さい子どもには影響します。生活リズムを整え、身体を動かして遊ぶことで、さらに食欲が増えますよ。



一緒に食べる

離乳食の後期以降はパパママと一緒に食事を楽しみましょう。楽しいと食が進みます。遊び食べを始めたら、「こうやって食べるんだよ」「おいしいね」など子どもに手本を見せましょう。



参考文献:保土ヶ谷区「食生活～楽しくたべる子どもに～」保土ヶ谷区福祉保健課健康づくり係

年末・年始など急な病気やケガで迷ったら…『救急相談センター』へ！

○電話から

#7119 (携帯電話・PHS・プッシュ回線)

365日24時間対応

または 045-232-7119 (すべての電話で利用可能)
受診可能な医療機関は？今すぐ受診すべき？何科を受診したらいい？
等相談出来ます。迷ったらまずは電話してみましよう

○パソコン・スマートフォンから



横浜市救急受診ガイド 検索



横浜市救急受診ガイド
(病気やけがの緊急性を判断できる)

帰省や旅行先の場合は滞在先の市や県などで検索

裏面に保育園の育児支援情報があります。ご覧ください➡



保育園へあそびにおいでよ！ 11・12月の子育て支援情報



保育園名	日時	支援事業	参加方法
アスク和田町保育園 ☎340-0337	毎月(土)不定期10:00~11:00	園庭開放・保育室開放:未就学児の親子	要問合せ
あーす保育園保土ヶ谷 ☎334-7013	11/9 11/10・24 } 10:00~11:00 12/8・22 }	交流保育:リズム遊び:1歳~未就学児の親子10組 園庭開放:1歳~未就学児の親子10組	事前申込 要問合せ
岩間保育園 ☎348-2022	11/9(木) } 10:30~11:45 12/5(火) }	子育て支援広場 0歳児~未就学の子と保護者・妊娠中の方 「ピーチ」 岩間市民プラザ3F和室	直接市民 プラザへ
えぶち保育園 ☎383-0600	11/15(水) } 10:00~11:00 12/20(水) }	園庭開放:1歳~未就園児の親子	事前に各園 に申込
えぶち保育園分園 ☎381-6006			
えぶちにしや園・えがお園 ☎373-7333	毎月第3水曜日9:30~11:00 毎月第3火曜日10:00~	プチ保育園体験:1歳~未就学児の親子各クラス2組 プレパパ・プレママ交流会:妊娠期~未就学児親子	事前申込 要問合せ
キッズハーモニー・ほどがや ☎286-3310	11/8(水) } 10:00~10:45 12/21(木) }	わらべうたと絵本の読み聞かせ:1歳~未就学児の親子3組 ミニミニクリスマス会:1歳~未就学児の親子3組	事前申込
境木保育園 ☎351-5619	毎週月~金10:00~12:00 (火)・(木)10:00~12:00	園庭開放:未就学児の親子 育児相談:未就学児の保護者 ※駐車場あり	要問合せ
笹山保育園 ☎381-7465	11/25(土)10:30~11:00 11/29~12/1,10:00~11:30	異動動物園:0歳~未就学児の親子10組 ささやまフェスティバル:1歳~未就学児の親子5組	事前申込 要問合せ
新桜ヶ丘保育園 ☎351-6087	月~金9:30~11:30 月~金9:30~11:30	園庭開放:1歳~未就学児の親子 ランチ交流:1歳3ヶ月(離乳食完了)~未就学児の親子	直接どうぞ 事前申込
スターチャイルド(和田町) ☎348-2770	11/21(火) } 9:45~10:30 12/20(水) } 11/15・27,12/6,9:30~	育児講座:おはなし会:未就学児の親子6組 育児講座:リズム遊び:未就学児の親子6組 園庭開放:未就学児の親子	事前申込 事前申込 直接どうぞ
昴保育園 ☎730-4311	11/9(木) } 10:00~ 11/15(水) } 12/22(金) }	育児講座:わらべうた:0歳~2歳児の親子 交流保育:運動遊び:2歳以上の親子 観劇:人形劇:2歳以上の親子	事前申込 要問合せ
千丸台保育園 ☎381-2898	毎週木曜日10:00~12:00 11/17(金)15:00~16:00 12/25(月)15:00以降未定	園庭開放:0歳~未就学児の親子 焼き芋会 クリスマス会:0歳~未就学児の親子	直接どうぞ 事前申込 事前申込
西谷保育園 ☎371-2646	11/4・11・18・25 12/2・9・23(土)10:00~	園庭開放:未就学児の親子	直接どうぞ
にじいろ保育園上星川 ☎444-8073	随時	育児相談	要問合せ
にじいろ保育園和田町 ☎332-2110	随時	育児相談 } 未就学児の親子 絵本貸出し }	要問合せ HP予約可
合歓の木保育園 ☎338-1052	11月毎週木曜日 } 10:00~ 12/7・21 }	園庭開放:未就学児の親子 ※祝祭日、保育園はお休みです	直接どうぞ
PICCOLINO(初音丘学園) ☎331-3373 fax331-6116	第1・3(月・金)10:00~11:00 第2(月・金) } 11:00~12:00 11/25(土) }	園庭開放:未就園児の親子8組(お弁当ピクニック有) ランチ交流:未就園児の親子2組 親子で楽しむクッキング:未就学児の親子8組	事前申込
星川こども園 ☎332-1631	11/9・30,12/14・28,10:00~ 11/18(土)10:00~11:30 随時	園庭開放:1歳~未就学園の親子 育児講座「保育園の遊びやおもちゃ」先着8組 併設の児童発達支援施設「まなびの森キラリ星川」療育体験等可	事前申込 要問合せ
保土ヶ谷保育園 ☎341-6815	11/2(木)10:40~11:30 12/1(金)10:40~11:30 11/18(土)10:00~11:00	給食食べよう(1歳クラス) 1歳児クラスの親子2組 給食食べよう(2歳クラス) 2歳児クラスの親子2組 遊びながら英語に触れよう! :1歳~未就学児の親子先着10組	事前申込 要問合せ
ゆめの樹保育園ほどがや ☎459-5108	11/8・16・22・27 } 9:30~ 12/5・12 } 12/22(金)9:30~11:00 }	園庭開放:未就学児の親子 交流保育:クリスマス会:未就学児の親子3組	直接どうぞ 事前申込
若葉保育園分園 ☎712-1960	11/16,12/14,9:45~10:45 11/30,9:45~10:45 12/22,10:00~11:30	製作等:0歳~未就学児親子 ※会場は園の向かい側の高橋金物店 遊び・身体測定 } 今後会場が変更になる可能性あり クリスマス会 } 0歳~未就学児の親子10組	事前申込
岩井保育園 ☎713-1790	(水)(木)(金)10:30~12:00 11/22・12/20(水)9:45~	園庭開放:未就学児の親子 子育てサロン:いわっこルーム:0歳~2歳位の親子	直接どうぞ 直接どうぞ
神戸保育園 ☎333-6247	11/14(火)9:30~10:00 12/6(水)10:00~10:30	交流保育: 保育園児と } 1歳クラス-1歳児の親子 一緒に遊びます } 0歳クラス-0歳児の親子 先着2組	事前申込
天王町保育園 ☎331-1837	11/6・12/4(月)10:00~ 11/13・12/11(月)10:00~	赤ちゃんの日:1歳のお誕生日前の親子先着6組 誕生会:未就学児の親子先着3組	事前申込



紙面の都合上すべての情報が掲載できませんでした。情報、詳細は各園へお問い合わせください

