

Café Shindachi



信達こども園では、毎月第1火曜日にCafé ShindachiをOPENしています。

- ・OPEN 10:00 CLOSE 12:00
- ・ご予約優先 先着6組



※満員の時は次回のご予約を優先的にお待ちしております。また園庭開放も同時に行っていますので、広い園庭で沢山遊んで帰って下さいね!!

【開場時間】月曜日～金曜日(10時～15時)
 【電話相談】月曜日～金曜日(10時～15時)
 【来園相談】月曜日～金曜日(10時～15時)
 ※就学前の子育てについて、健康、食事、遊び等、子育ての悩み・相談等承ります。
 【その他】サークルさんにスペースを貸し出しております。★木曜日 10:00～11:00
 【申し込み】予約制です。
 毎月第1火曜日 14時30分～信達こども園へ電話にて申し込んで下さい。
 ※予約制になりますのでお電話でご予約下さい。

ひまわりランド(園庭開放)
 【とき】毎月第1火曜日時間 10:00～11:30頃
 【対象】10歳児～就学前の子と保護者
 親子での楽しい時間をこども園で過ごしてみませんか? 予約の必要はありません。子ども園の園庭に気軽に遊びに来て下さい♪



信達こども園から地域の皆様にお届けする情報誌

SUNFLOWER LIFE

SHINDACHI KINDERGARDEN

2018.9.1 ~Vo.114~

信達こども園からのお知らせ
 ~café shindachi~

信達こども園に遊びに来ませんか?

【場所】信達こども園
 【日程】毎月第1火曜日
 【時間】AM10:00～AM12:00頃

★美味しいスイーツが食べれる★

毎月季節感のある物を考え、美味しいスイーツを提供させて頂いています(^_^)/
 スイーツを食べた後は園庭開放も同時に行っていますので、広い園庭で沢山遊んで帰って頂けます!!
 また地域のお子さん、お母さんが集まるので交流の場にもなっていますよ♪

※ご予約優先の先着6名様となっておりますのでご了承ください。満員の時は次回のご予約を優先的にお待ちしております。



特集!

ひまわりキッズ幼児教室! 後期受付開始
 さつまいも蒸しパン! 簡単レシピ
 子育て豆知識Q&A
 もしかして『秋バテ』かも!?



心理テストの結果

このテストではあなたの「集団行動」がわかります。ここでこのびた君はあなた自身なんです。あなたほどの程度集団行動に向いているのでしょうか?

1. 自分の個人的な失敗で遅れたと思ったあなたは、集団の輪を乱さないかなり従順なタイプです。大きな企業のサラリーマン向きそうです。
2. これはみんながあなたを見捨てていったということです。集団のルールを破ったからです。でもあなたは自分の意思で行動する独立性のあるタイプとも言えます。ベンチャー向きかもしれません。
3. あなたはかなりマイペースですね。グループよりも個人的な考えを重視するタイプです。思い通りにしないと気がすまないあなたは気付かぬ間にはぐれ狼に...芸術家タイプかも?
4. あなたは実は他人を信用出来ない個人主義タイプです。プライドが高い故に群れになって行動するのが嫌いですね。典型的な、意識的1匹狼です。決してお勧めはできませんが、産業スパイに向くかも...

《泉南市の健診日程》

- *1歳6ヶ月健診...9月26日(日)29.1生
- *ニコニコがさ健診...9月27日(日)28.2生
- *3歳6ヶ月健診...9月12日(日)27.2生

親子で遊びに来ませんか?

プチひまわりのご案内
 ★地域子育て支援センター★

園庭・遊び場を開放!
 ※日時は園にお問い合わせください。

体操遊びや、リトミックなど...

育児相談
 育児講座
 人として生きていくうえで基本となることを日々伝えていき、子どもたちがさまざまな経験を通して、健やかで良識ある人間に育てることが目標です。

Cafe
 園で子ども達が食べているおやつをぜひ、食べてみてネ。



社会福祉法人 恵由福社会
 幼保連携型認定こども園
 信達こども園

■徒歩

- JR 阪和線「和泉砂川」より徒歩約5分
 南海「樽井」よりバス「和泉砂川駅前」下車約5分 南海「樽井」より約10分

■車で

- 阪和自動車道泉南IC下車約5分
 社会福祉法人 恵由福社会 幼保連携型認定こども園 信達こども園
 〒590-0522 大阪府泉南市信達牧野 425-1 TEL072-483-4642 FAX072-483-4770

URL: <http://www.shindachi.com/>





9月に入っても蒸し暑さが続いていますが、時々吹く心地よい風に少しずつ秋の気配が感じられるようになってきました。

9月と言えば『十五夜』ですね♪今年の十五夜は24日です！たまには涼しい風に吹かれながら、お餅を食べ、月を見上げるのも良いものですね(^)/



ひまわりキッズ幼児教室

9月4日(火)申し込み開始！！14時から随時受付します。
※人数が多い場合は抽選となります！！

いよいよ10月からひまわりキッズ幼児教室の後期がスタートします！！第1回目は10月29日(月)です★英語遊びや制作、園庭遊び、体操遊びなど子どもたちが夢中になって楽しめる内容が盛り沢山です(^)/

また地域の交流の場としてお友だち作りのきっかけにもなります(*~*)興味がある方は是非ご応募して下さい☆お待ちしておりますね♪

【対象】泉南市在住の1歳から就学前のお子様と保護者の方

心理テスト

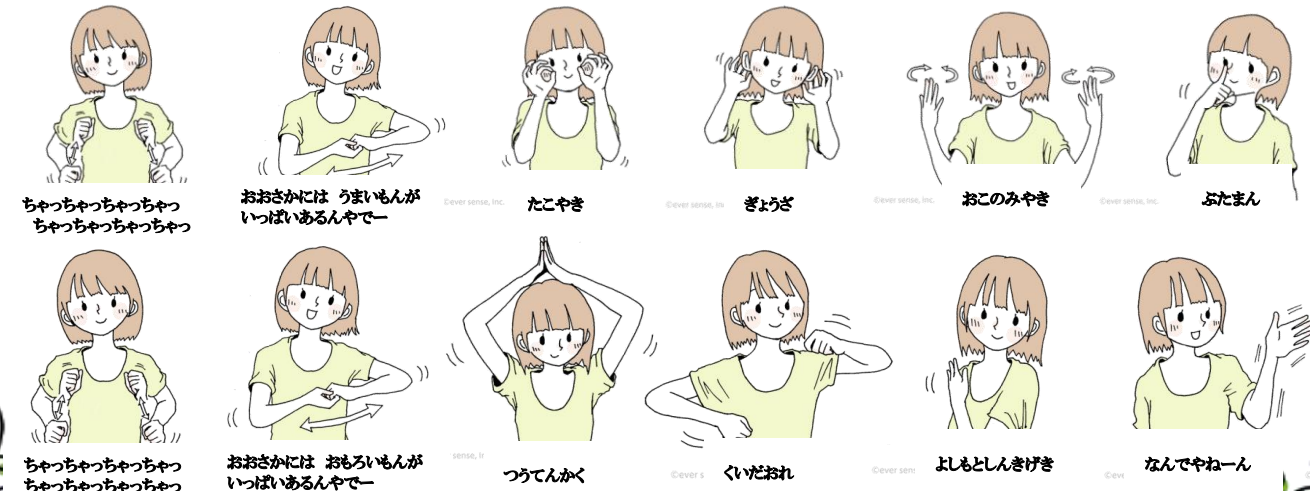
のびた君が「ねー、まってよ！」とジャイアンやスネオの後を走って追いかけています。さて、のびた君はどうして遅れてしまったのでしょうか？

1. 教室から出るとき財布を落としてしまった。
2. 他の友達と遊んでいた。
3. しずかちゃんと遊ぶ約束をしていた。
4. 今度のテストの問題について図書館で調べ物をしていた。

ちよと一言

秋と言えば『食欲の秋』ですね！鮭に栗、それにブドウ！ブドウは日本だけで100種類もあるのだそうですよ。世界でのブドウの品種は1億を超すそうです！今年の秋は、ご家族で色々なブドウの品種を食べ比べてみてはいかがでしょうか？

手遊び 大阪うまいものうた



子育て豆知識

Q. 3歳の子どもがなかなか寝てくれません。

A. トントンと優しく叩く
寝かせるときに、手のひらで背中や腰辺りを優しく「トントン」叩いてあげます。このママのトントンするリズムが、心臓の鼓動より遅ければ、3歳児は心地よく感じる事ができ眠りにつくのも早くなります。

A. 音楽を聞かせる
音楽を聴くと、3歳児はもちろんママの心も癒されます。早く寝ないことに対するママのイライラしていた気持ちも音楽を聴くことで、優しい気持ちになり3歳児を寝かせることができます。

例えば、
・鳥のさえずりが入った音楽
・波の音が入った音楽
・優しいオルゴールの音
などがリラックス効果があるので、とてもおすすめです。

A. 寝る前に本を読み聞かせる
言葉もだんだん分かってくるので、本を読んであげると喜ぶます。ママの本を読む声が、子守歌の様に聞こえ、安心して眠りにつくようです。



おすすめ絵本

おやすみ～
作 いしづ ちひろ
絵 くわさわ ゆうこ
出版社 くもん社

一日のうちで一番幸せな時間が「おやすみの時間」…。だって、わが子の寝顔は可愛すぎるから！だけど、あかちゃんやすやすや寝てくれるまで、ちょっと時間がかかることもありますよね。元気が目がぼつちりになっちゃったり、もっとうんていになったり…。でも、お母さんやお父さんの優しい声で繰り返す「おやすみ～」の声。心地よいリズムに、だんだんとうとうときます。絵本の中の赤ちゃんもとっても可愛い寝顔です。家族みんなを幸せな気持ちにさせてくれる絵本です。



いろいろごはん
作・絵 山岡ひかる
出版社 くもん社

まっしろご飯の登場です！
「ほかほか ごはん ふつらごはん」
ごはんたちが言葉のリズムにのって、いろんな料理に変身しちゃいます。ぎゅうぎゅうまきまき、大きなのを巻き付けて…おにぎり！たぐさんの貝をのせてまいて、くるりん、のりまき、さらさらおちやっけや、ほっこりチャーはんも！
美味しそうな絵は貼り絵で表現しているということに驚きます！みんなが大好きなごはんの絵本はきつと盛り上がりそうですよ。



きつねうどんたぬきうどん
作・絵 古内 ヨシ
出版社 大日本図書

きつねうどんが大好きな、きつねくん。たぬきうどんが大好きな、たぬきくん。そんな2匹が切りにつられて、うどん屋さんによってきて…。きつねくんはたぬきくんは人間の男の子に変わって…。きつねくんを美味しく食べるの。お金が葉っぱとどんぐりなのは、ご愛敬。すっぴん常連になった頃「きつねうどんたぬきうどん、どっちが一番美味しいか」とけんかが始まります。とうとう2匹は取っ組み合いに！！画風にも色彩にもうどんの美味しさがこぼれ出ているような可愛くて美味しい絵本です。



保健だより

～もしかして『秋バテ』かも！？～

夏の暑さを引きずったまま、薄着や冷たいモノを取り過ぎると、カラダの表面は暑いのに、カラダの中は冷えた状態となり、夏バテ解消どころか、余計に体調を崩してしまう『秋バテ』になる人が増えています。自律神経の乱れ(ストレス)と冷え(血めぐり)こそが、『秋バテ』の主な原因！

秋バテの予防&対策！

- 温めの湯船にゆっくりとつかりましょう
温熱効果で血めぐりをスムーズにしてあげることが大切です
- マッサージでリラックス
1日の終わりの仕事などに、カラダのコリをほぐしてあげるとリラックスにも。
- リフレッシュには軽い運動を
軽い運動をすると、脳内でカラダを活性化ホルモンが分泌され、スッキリした1日を過ごすことができるようになります。
- 秋肌をうるおす美肌食材
なるべく冷たいものは控えて、温かい食べ物(飲み物)をとり、1日3食をバランス良く。胃腸が弱っているときはムリに食べず、胃腸に負担をかけないように、よく噛んでゆっくり食べることが大切です。
- クーラーの温度設定
5℃以上の差を繰り返していると、バランスを崩しはじめるので温度設定には十分に気をつけましょう。

※夜遅くまで起きていたり、冷たいものを食べたり飲んだり。まだまだ暑いと感じていても、季節は少しずつ秋へと変わり始めています。そろそろ、秋の過ごし方に生活スタイルをチェンジしていきましょうね♪

簡単レシピ ぎつまいも蒸しパン



材料 (こども2人分)
ぎつまいも 1本
ホットケーキミックス 150g
牛乳 100cc
卵 1個
溶かしバター 大さじ1

- 1 ぎつまいもは皮をむき 0.5cm の角切りにして水にさらし、アク抜きをします。
- 2 軽く水を切って耐熱皿に入れてふわりとラップをし、600w の電子レンジ2分程加熱します。
- 3 ボウルにホットケーキミックスと牛乳、卵を加え、泡立て器で混ぜ合わせます。
- 4 混ぜたら溶かしバターと加熱したぎつまいもを入れて、スプーンでさっと混ぜあわせます。
- 5 耐熱カップ(今回はシリコンカップを使用)に入れ、蒸気の上がつた蒸し器で15分ほど蒸します。
- 6 竹串を刺してみてもついてこなければ完成♪