



5月のさくらんぼ

社会福祉法人 誠和会 やわらぎ保育園

地域子育て支援センターさくらんぼ 担当 小葉・野澤

TEL 0285-72-1419

1日(火)	戸外遊び	支援センター
2日(水)	母の日製作	支援センター
3日(木)		
4日(金)		
5日(土)		
6日(日)		
7日(月)	砂場遊び	園庭
8日(火)	花まつり会 試食会	支援センター
9日(水)	散歩	保育園周辺
10日(木)	戸外遊び(午前のみ)	園庭
11日(金)	おもちゃ遊び	支援センター
12日(土)	園庭開放	園庭
13日(日)		
14日(月)	手作りおもちゃ製作	支援センター
15日(火)	巧技台遊び (室内滑り台)	支援センター
16日(水)	親子ピクス	やわらぎ児童館
17日(木)	絵本読み聞かせ	支援センター
18日(金)	避難訓練 身体測定	支援センター
19日(土)	園庭開放	園庭
20日(日)		
21日(月)	かけっこ遊び	園庭
22日(火)	園庭開放	園庭
23日(水)	かけっこ遊び	園庭
24日(木)	園庭開放	園庭
25日(金)	園庭開放	園庭
26日(土)	運動会	園庭
27日(日)		
28日(月)	リトミック	支援センター
29日(火)	親子ピクス	やわらぎ児童館
30日(水)	散歩	保育園周辺
31日(木)	おもちゃ遊び	支援センター

やわらぎ保育園では、地域子育て支援センターを開設しています。益子町在住の方、町外の方、就学前の方などなたでも利用する事ができます。親子で、友達と楽しく過ごすことのできる憩いの場としてお待ちしております。

朝ごはんは、なぜ大切？

「朝ごはんがなぜ大切」とよく言われますが、なぜか知っていますか？

- * **脳が元気になる!**…朝ごはんは、睡眠中も働いてエネルギーが少なくなった脳に、エネルギーを与え、元気にします。
- * **肥満防止になる!**…朝きちんと食べると、昼ごはんの食べ過ぎがなくなり太りにくくなります。
- * **うんちが出やすくなる!**…脳が刺激されて活発に動き出し排便を促します。
- * **活力がでる!**…体温が上がり、血液が体内によく巡って、活動的になります。

こんなうんちは 心配です

うんちは健康のパロメーター。おむつ替えのときは、ぜひうんちの状態を確認してみてください。要注意なうんちは「白」「赤」「黒」の色のもの。病気の可能性があるので、おむつを持って診察を受けましょう。

白

酸っぱいにおいがしたり、白っぽい水のようなうんちが出るときは、ウイルス性胃腸炎の疑いがあります。

赤

真っ赤な血や、大量の血が混じっているうんちは、腸の病気や急性胃腸炎の可能性もあります。

黒

黒っぽい便が何度か続くときは、胃や十二指腸など、消化器管の上の方で出血している可能性があります。

【申し込み・問い合わせについて】

★日時・月曜日～土曜日(土曜日は園庭のみ開放)9:00～15:00(上記の活動は10:30～11:30)

★活動参加費は全て無料です。

★赤で記入されている活動は、**人数確認も含め前日までの予約**となります。

保育園に電話連絡、または来園時に申し込みをして下さい。なお、**定員になり次第、締め切らせて頂きます**ので、ご了承下さい。

★天候や諸事情により、活動予定を変更させて頂くことがあります。よろしくお願いします。