



関びよびよ だより



練馬区立関子ども家庭支援センター 子育てのひろば「関びよびよ」
〒177-0051 練馬区関町北1-21-15 ☎ 03-5991-4711

Vol. 135
平成29年8月1日発行

ひろばから
のお知らせ

「使ってみよう ふろしき」
～ふろしきって便利～

日本人に古くから使われてきた「ふろしき」で、
様々な形の物を包んだり、帽子やカバンの作り方を
教えてもらいます。



日時：8月29日（火） 15:00～15:30

場所：関びよびよ ひろば

※ふろしきやバンダナがあればお持ちください

（予約不要です。当日直接ひろばにお越しください）

～関子ども家庭支援センターから講座のお知らせ～

区立幼稚園プチ説明会

区立幼稚園の園長先生・先輩ママが区立幼稚園についてお話し
します。私立幼稚園や練馬こども園についてもご案内しますので
お気軽にご参加ください。

日時：9月26日（火） 10:00～11:30（質問タイムあり）

場所：関子ども家庭支援センター 2階会議室 ※保育室あり

定員：10名程度（保育定員10名）

申込開始日：8月1日

申込：練馬子ども家庭支援センター
（電話：3993-8155）



月～土 8:30～19:00（土は17:00まで）

★子育てのひろば（0歳～3歳）月・火・木・金・土（9時～17時）

★乳幼児一時預かり（6ヵ月～未就学児） 日・水（10時～16時）

☆ママと赤ちゃんのほっとタイムは関子ども家庭支援センター主催です。

（※ねんねとお座りの赤ちゃんが対象です/場所：2階会議室）

8月予定

日	月	火	水	木	金	土
		1 ★9月分 予約受付開始 (一時預かり)	2 ひろば休み 一時預かり	3	4	5
6 ひろば休み 一時預かり	7	8	9 ひろば休み 一時預かり	10	11	12
13 ひろば休み 一時預かり	14 よみきかせ 10:30	15	16 ひろば休み 一時預かり	17	18	19
20 ひろば休み 一時預かり	21	22	23 ひろば休み 一時預かり	24 身体計測 10:00～16:00	25 パネルシアター 10:30 ----- ★ママと赤ちゃん のほっとタイム 開場・受付:13:10～ ※2階会議室	26
27 ひろば休み 一時預かり	28	29 ふろしき講座 15:00～15:30	30 ひろば休み 一時預かり	31		

関子ども家庭支援センター・関びよびよは練馬区から委託を受け特定非営利活動法人手をつなごが運営しています。
関びよびよだよりは NPO法人手をつなご のホームページ<http://tewotsunago.ciao.jp/>でもご覧いただけます。

6月24日に、ひろばを利用していたママ達によるコンサートが開催され、フルートとキーボードによる演奏で、クラシックやディズニーソングなどを楽しみました。

生演奏を聴ける機会はなかなかないので、「次の開催はいつですか？」と皆さん次回も楽しみにしているようでした。



アクセサリを作ろう

(6月27日開催)



様々な色のビーズを選んで組み合わせ、アンクレットを作りました。

どんな色にしようかとわくわくした様子で、完成するとすぐに身につけて嬉しそうに見せてくれました。

総合防災訓練がありました

(6月23日開催)

10時00分地震・火災発生との想定で、全館で総合防災訓練をしました。ご協力ありがとうございました。

《地震や火災等の緊急事態で関びよびよから外への避難を要する場合は、最寄りの避難拠点、石神井西小学校(関町北1-1-5)へ避難します》



栄養士さんのお話

6月29日(木)に、区立保育園の栄養士さんから、夏に食欲がない時の食事についてと、完了食～幼児食の進め方についてのお話がありました。

★夏に食欲がない時の食事★

夏バテは、体の消化機能を低下させ、食欲不振に陥ります。大人も子どもも同様にビタミン、ミネラルの摂取不足が心配されます。水分補給は大切ですが、冷たい炭酸飲料や牛乳など腹もちの良いものの飲み過ぎや、お菓子・果物の摂りすぎに注意しましょう。毎日の生活リズムを整え、朝食・昼食を抜かないようにしましょう。

- きゅうり、なす、トマト、レタス、オクラなど夏の暑い時期に旬を迎える夏野菜は体の余分な熱をとってくれます。
- ビタミンB1を多く含む豚肉は、疲れた体の疲労回復に役立ちます。
- 喉越しの良い豆腐も献立に取り入れましょう
- ごはんだけでなく、麺類も上手に献立に取り入れましょう

【栄養士さんのお話・資料より】

ひろば利用状況(6月1日~31日)

(単位:人)

年齢別	保護者	0歳	1歳	2歳	3歳	子ども計	1日利用者
		952	453	321	175	39	988