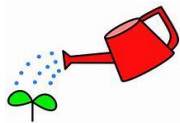


スタッフ通信 **あそびのたね** No.2



2020.5.7

地域子育て支援センター  
わらしこ

今週の  
ふれあい  
遊び

おでこさんをまいて♡

今回は、**顔あそび**です。

①おでこさんをまいて  
(顔にもとふれて左右にまてる)

②めぐるさんをまいて  
(目のまわりを円を描くように8の字にめぐす)

③はなのしわたって  
(鼻筋を上から下へまてる)

④こいしをひろって  
(小鼻を左右軽くつまむ)

⑤おいけをまわって  
(口のまわりをめぐす)

お風呂に入ってお顔をきれいにするとすももにうたて下さい。眠るとき、布団の中へやみも、お子さんが安心して眠りにつけます。赤ちゃんにはもちろん、少し大きくなったお兄ちゃんやお姉ちゃんも大人にやってみるのも嬉しいものです。(天農)

今週の  
作って  
遊ぼう

◇◆◇◆ **くるくるコプター** ◆◆◇◇

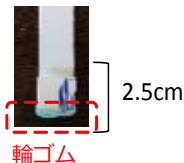
<材料>牛乳パック・割りばし1膳・輪ゴム5本  
ガムテープ・定規・はさみ・ペン

<作り方>

①牛乳パックに縦2cm横18cmの長方形を2枚書き、はさみで切る。

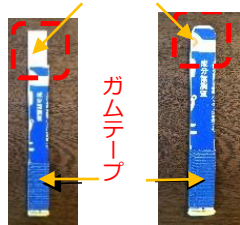


②1枚だけ、下から2.5cmのところを輪ゴム1本を4重に巻く。巻いた輪ゴムが最下部にくるように2.5cm折り上げる。



③もう1枚を輪ゴムの少し上に重ねてガムテープで止める。短い方に長さを合わせて切り揃える。角を丸く切る。

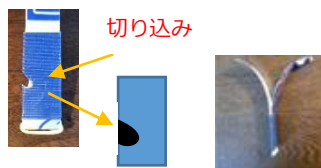
(長さを揃える) (角を丸くする)



④ガムテープの真ん中辺りに切り込みを入れる。

⑤羽を広げる。

⑥輪ゴム4本をつなげ、割りばしの先にガムテープで止める。



⑦羽を逆さまにして持ち、切り込みにゴムを引っ掛ける。割りばしを地面と水平になるように持ち、羽を下に引っ張りパッと手を放す。



☆お外で飛ばしてみよう！  
空高く上がり、クルクル回りながら降りてくるよ。  
降りてくる羽をキャッチしたりして遊んでね！(青山)



今週の  
おいしいね

◆◆ **ゆで野菜ステック ゴマみそダレ添え** ◆◆

<材料>

- 野菜 (にんじん、ごぼう、かぶ、大根、きゅうりなど)
- たれ (味噌、りんごジュース (なければ味醂) 少々 砂糖、すりゴマ)

<作り方>

野菜を棒状に切り、好みの固さにゆでる (きゅうり以外)。味噌が少しゆるくなる程度にりんごジュースを加える。砂糖とすりゴマをお好みの量加えて混ぜる。野菜につけて召し上がれ。

新にんじんなら、ゆでずに生でも。  
砂糖を控えめにして酢とオイル (+豆乳 in するとマイルドに) を足せば、味噌ドレッシングにも。(吉田)

フロアー開放がお休みになって1ヶ月が過ぎました。この爽やかな季節を思う存分楽しみたいところですが、日常に戻るまでにはもう少し時間がかかりそうです。人は不安になると、他人の言動に対するイライラや反感が募り「人を許せない」という気持ちが増幅してしまうことがあるそうです。今の状況を全く不安に思わない人はいないと思いますが、上手に気分転換しながら少しでも優しさの連鎖を作っていきたいですね。まずは自分をねぎらいましょう！堂々と「私ってエライ！」と声にだしていきましょうね。一人じゃないですよ♡

スタッフ 天農・青山・吉田

現在、フロアー・園庭開放は一時中止していますが、**育児電話相談は引き続きお受けしています。**

「誰かに話を聴いてほしい」「気分転換におしゃべりしたい」などでも結構ですので、どうぞお気軽にお電話ください。スタッフ一同、お待ちしております。

☎ **直通 04-7150-5002**

【月～金 13:00～16:00】