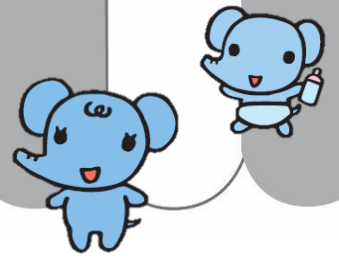




ふあふあ



外遊びをたのしもう!

梅雨が明けたらわくわくする夏がやってきます♪気持ちがよく晴れた日は、熱中症に気を付けてめいっばいお外遊びを楽しみましょう♪お外で遊ぶには暑すぎる日や、お天気が良くない日はぜひのびすくへ。

7/5にはのびすく仙台でも外遊びイベントを開催しますよ。参加お待ちしております(^^) /

おうちで水遊び

今年水遊びデビューするお子さんや水に慣れていないお子さんは、まずはおうちで練習してみませんか?体が冷え過ぎたり、疲れた時でもおうちなら安心です♪外で水遊びをするスペースがない場合はお風呂にぬるめのお湯を浅く張っても良いですね。

おすすめの遊びかた

- ☆バケツなどにお水をためて足や手をパシャパシャ♪
- ☆コップ・じょうろなどで水をくんだりかけたり♪
- ☆100円ショップの水鉄砲や浮かぶおもちゃで遊ぶ♪
- ☆氷をさわって冷たい感触を楽しむ♪

おそとで水遊び

お出かけ先で水遊びをするときは、水分と着替えは多めに用意しましょう。足や体を洗う場所や着替え場所を事前にチェックしておくとう安心です!

おすすめの水遊びスポット

- ☆のびすく若林のお外あそび
- ☆広瀬川じゃぶじゃぶ池
- ☆榴ヶ岡公園
- ☆紫山公園
- ☆プランク仙台 (足のみ)



※お出かけの際は開催の有無をお調べください。

仙台近郊の海水浴場

- ☆深沼海水浴場 (仙台市) 7月15日 (月) ~
- ☆菖蒲田海水浴場 (七ヶ浜町) 7月中旬~
- ☆月浜海水浴場 (東松島市) 7月中旬~
- ☆荒浜海水浴場 (巨理町)

7月13日 (土) ~8月12日 (月・祝)

★夏休みボランティア★

7/23~8/16 高校生と大学生がボランティアに入ります。おもちゃを片付けたり、子どもたちと一緒に遊んだり、イベントのお手伝いをします。

【受入団体】NPO 法人 せんだいファミリーサポート・ネットワーク

【企画団体】NPO 法人 社の伝言板ゆるる/社会福祉法人 仙台市社会福祉協議会

いっしょに遊ぼうね!



生き物観察

小さな生き物を探したり観察してみましょう。虫が苦手なママは、虫あみを地面の近くで振りながら歩くと生き物が入っていることが!試してみてください♪

この時期出会う小さい生き物

- ☆草むら...バッタ・カマキリ・カナヘビ・ダンゴムシ
- ☆雑木林 (広葉樹) ...カブトムシ・クワガタ
- ☆砂浜...スナガニ

(砂浜で小さい穴を見かけたら掘ってみよう!)

- ☆水辺...ヤゴ・ザリガニ・ヌマエビ・フナ・カエルなど

おすすめのスポット

- ☆太白自然観察の森
- ☆青葉の森緑地
- ☆定義山
- ☆宮城県民の森

おすすめグッズ

- ☆虫よけスプレー
- ☆虫あみ・虫かご
- ☆タモあみ・バケツ



イベント報告

5/23(木)グループ相談『 幼児食について 』

講師: 佐藤 京子さん(管理栄養士)

《先生からのアドバイス》

- * 歯の生え方やそしゃくの発達に配慮した食事、1歳後半はかじり取りに挑戦すると良いです。
- * 大人のメニューをアレンジ、また調味料の工夫でバリエーションが広がります。
- * 幼児食は味覚が広がる大切な時期。しかし、同時に大変な時期。今は上手いかなくても、その甲斐があり、3歳頃になると落ち着いてきます。
- * 毎日新たな悩みが出てきます。自分にご褒美をあげながら、ママが「楽」に、「楽しくなる」子育てをしましょう。



ラジオFM放送「のびすくネット仙台」

7月放送予定

- 7/1 「病児・病後児保育」 幼保企画課
- 7/8・7/15 「地域子育て支援拠点」 運営支援課
- 7/22・7/29 「すくすくサポート事業」 すくすくサポート事業事務局



のびすくは仙台市内に5館あります!



【宮城野区】のびすく宮城野 022-352-9813

【太白区】のびすく長町南 022-399-7705

【若林区】のびすく若林 022-282-1516

【泉区】のびすく泉中央 022-772-7341



5館共通のホームページはこちら

