

子育てひろば

子育てサークル

のびのびキッズ

「のびのびキッズ」は2年前から活動している子育てサークルです。これまで、旧藤原町を中心に活動していましたが、新「日光市」の誕生を機会に活動範囲を広げていく予定です。そして、サークル活動に参加するお子さんやお母さんたちの友だちの輪を、日光市全域に広げていきたいと考えています。

「のびのびキッズ」では、このサークルでしか体験できないような季節に合わせた企画やお母さん向けの楽しい企画をたくさん用意しています。現在、参加者を募集していますので、サーク

ル活動に興味のある方は気軽に遊びに来てください。

活動日時 月3回(主に月曜・水曜日)

午前10時30分～正午

活動内容 遠足、運動会、消防車見学、魚のつかみ取り、イチゴ狩りなど

対象者 主に、市内に住む未就学(0歳

から)のお子さんとその保護者、お子さんと楽しい時

間を過ごしたい大人の方

年会費 無料

※内容によつ

ては、費用を集めることがあります。



お母さん向けの催し「ジャザサイズ」で心身をリフレッシュ。



昨年7月、たんぼぼ広場(川治)で実施したパトカー見学。パトカーに試乗することができて、みんなご機嫌でした!

申込先及びくわしくは
のびのびキッズ 代表 阿久津美佐子
☎090(4177)1219

地域子育て支援センターの催し

◎つくってあそぼう!

とき 6月13日(火)

午前10時～11時

ところ 原町みどり保育園

定員 親子20組

申込期限 6月9日(金)

申込先及びくわしくは

原町みどり保育園 ☎(22)4588

◎パパもいっしょでうれしいな!

「ねがいごと」書いて飾ろう 七夕つくり!

とき 7月2日(日)

午前10時15分～11時45分

ところ 地域子育て支援センター

定員 親子20組

申込期限 6月30日(金)

申込先及びくわしくは

地域子育て支援センター

☎(22)2299

園長先生の 子育てコラム

今回は、日光保育園園長の小又陽三先生に書いていただきました。



日光保育園
園長 小又陽三先生

「よく噛むことの大切さをお子さんに教えてください」

私たちが日常生活を送る上で欠かせない食事。それは食べ物を噛んで体内に取り入れるという、ごく当たり前の行為です。とはいえ、噛むという動作は心身の健康に大きな影響を与えているのです。

皆さんは噛むことの大切さを意識して食事をしていますか? よく噛んで食べることは、お子さんの成長にも深いかわりがあります。よく噛んでゆっくり食事を取ることで、満腹中枢が刺激されます。そのため脳が満腹感を感じて、食べ過ぎを防ぐことができます。そして、噛めば噛むほど脳の働きが活性化され、記憶力も鍛えられます。また、子どものころからこの習慣を身に付けることであごが強くなり、歯並びも良くなります。さらに、噛むことにより唾液が分泌されますが、唾液には歯を丈夫にする成分が含まれているので、虫歯の予防にもつながります。

このように、噛むという行為は非常に大切なことなのです。お父さん、お母さんをお願いします。できる限り、お子さんと一緒にゆっくりと食事を取ってあげてください。そして、よく噛むことの大切さを教えながら、毎日楽しい食卓を囲んでほしいと思います。