



すぎのこだより 2月号

R8. 1. 23発行
津山子育て支援センター
(つやま杉の子こども園内)
0225-68-2029
0225-25-6116
自由来館…火・水・木曜日
9時30分～11時30分
14時30分～16時
すぎのこ広場…主に水曜日
10時30分～11時30分

暦の上ではもうすぐ春なのに、まだまだ寒い日が続きます。暖かい春が待ち遠しいですね！
今月は、「誕生会」「ハンドマッサージ&ネイルケア」「ひなまつり会」など楽しい行事がいっぱいです！
のびのびと遊んだり、色々な話をしたりして、楽しいひとときを一緒に過ごしましょう♡
是非、遊びに来てくださいね～♪



《2月の予定》

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 自由来館	4 すぎのこ広場 誕生会(2月・3月)	5 自由来館	6	7
8	9	10 自由来館	11 建国記念の日	12 すぎのこ広場 ハンドマッサージ ネイルケア	13	14
15	16	17 自由来館 園庭開放日	18 自由来館	19 自由来館	20	21
22	23 天皇誕生日	24 自由来館	25 すぎのこ広場 ひなまつり会 製作 お雛様飾り	26 自由来館	27	28

☆今月の園庭開放日は2/17(火)になります。(9時30分から11時まで)



誕生会(2～3月)

日時 2月4日(水)10時半～

2～3月生まれのお友達！あつまれ～！
みんなで楽しくお祝いしましょう♪
手形を押したり、記念写真もばっちり☆
写真付き♡誕生カードの
プレゼントもありますよ！



ハンドマッサージ&ネイルケア

日時 2月12日(木)10時半～

お家でもできるセルフケアの仕方をボラン
ティアさんが、教えてくれますよ～♡
楽しくおしゃべりしながら、
ハンドマッサージ…ゆっくり
癒されてくださいね♡



ひなまつり会 製作 お雛様飾り

日時 2月25日(水)10時半～

あかりをつけましょ ぼんぼりに～♪ おひな様の歌をうたったり
おひな様飾りを作ったり…みんなで楽しいひなまつり会をしましょう♪
今回は足型と手形を取って作りますよ～♡



裏面も見てね♡

～子育て中のライフハック～

「やるが多すぎて、自分の時間なんて全然ない」そんなふうを感じている子育て中のママ、きっと多いですね。でも、ちょっとした工夫や考え方で、毎日が楽になることもあります♡



- 朝食は、ワフプレートで！ お皿にまとめて盛り付け！
見た目も可愛く片付けも楽チンで～す。
- お昼寝タイムは「聖域時間」子どもがお昼寝している間は、読書やドラマ鑑賞など何でもOK！この時間があるから午後も頑張れる！
- イヤイヤ期は選択肢作戦で！ 「歯磨きする？しない？」ではなく「ピンクの歯ブラシとブルーの歯ブラシどっちがいい？」選択肢を与えることで、子どもも納得しやすくなります。
- スマホのタイマー活用術 「5分だけ片付け」「10分だけSNS」タイマーを使って時間を区切ると、メリハリがついて効率的。



子育て中のママ、毎日お疲れ様です。毎晩、鏡の前の自分に「今日もよく頑張ったね」と声をかけてあげてください♡
自分で自分を認めてあげること、本当に大切です。
時には手を抜いて、自分にも優しくしながら…♡
子育てライフを楽しんで行きましょうね！



☆すぎのこ広場の様子☆



～お正月遊び～
紙コップでクルクル回る
アンパンマンこまを作りました～♪
わあ～い！回ったよ～！



～お誕生日会～
わあーおいしそうなケーキ！！
可愛い笑顔で写真撮影♪パチッ♪
みんなでハッピーバースデーの歌をうたってお祝いしました♡

