

令和5年5月25日(木)発行
〒097-0022 稚内市中央2丁目16-12
オアシス保育園
子育て支援センター るーえん
TEL 0162-23-6321
メールアドレス ruhe-info@o-tani.ed.jp
スタッフ 三浦範子・宮嶋美春・松木聖子

みんなできそだて

水仙やチューリップが花開き新緑が眩しい季節となり、晴れたり雨が降ったりと天気の変化は多いですが、色づいたお外の景色が楽しい気分を運んでくれる今日この頃ですね。

新型コロナウイルス感染症の5類感染症移行に伴いコロナ前の日常に戻りつつはありますが、色々な感染症の予防にはこれからも気をつけていきましょうね。

暖かい日にはテラスへ出たり、るーえんで育てるお野菜の水やりをしたり園庭へ行ったりと外遊びも始めますので、帽子とジャンパーの準備をしてきて下さいね。たくさんのお友達とお父さん・お母さんにお会いできるのを楽しみにしています♪

利用の仕方
月) 0歳児・妊婦さん
火) フリー
水) フリー
午後幼稚園児開放
木) フリー
金) フリー



開館時間 午前9:30~12:00 午後1:00~3:30

	月	火	水	木	金	土	日
午前				1 のびのび	2 のびのび	3	4
午後				フリー	フリー		
午前	5 のびのび	6	7	8	9	10	11
午後	0歳児・妊婦さん	フリー	フリー	フリー	フリー		
午前	12	13	14	15 おもちゃ	16	17	18
午後	0歳児・妊婦さん	フリー	フリー	ライフルフリー	手作り広場の日	親子で	父の日
午前	19	20	21 おでかけ宝来	22	23	24	25
午後	ほほえみタイム	くるくるクラブ	あのねの会	ぷるぷるクラブ	フリー		
午前	26	27	28	29	30 おでかけ東		
午後	0歳児・妊婦さん	アロマタイム	フリー	フリー	助産師棒ピクス		
午後	0歳児・妊婦さん	フリー	幼稚園児開放	フリー	フリー		

◆◆◆手作り広場の日◆◆◆

6月16日(金)午前・午後
★フェルトドーナツを作ります🍩

持ち物：針と糸(無い方はお貸しいたします)

ママ同士お話ししながらゆったり気分で

手作りをたのしみませんか?

※申込用紙に直接記入して申し込んで下さい。

たくさんのお申込み、お待ちしております♪

親子サークルあのねの会

日程…6月21日(水)

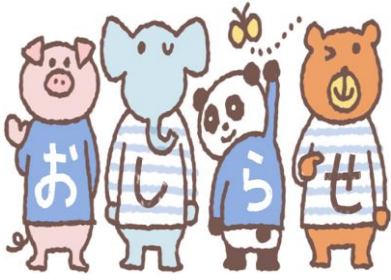
時間…10:15~11:30(現地集合です)

場所…宝来地区活動拠点センター

持ち物…上靴、飲み物、汗拭きタオル、オムツ等

※会員募集中です。

みんなで一緒に子育てを楽しみましょう♪



新型コロナウイルス感染症の5類感染症移行に伴い、センターの利用方法が変わりました！予約及び人数制限は無くなります。開館時間は同じです。但し行事・イベント等は要予約となることもありますのでお便り他で確認をお願い致します。マスクの着用も自由となりますが鼻水・くしゃみ・熱等で体調の悪い時はお家でゆっくり休んで元気になってから遊びに来られますようご協力をお願い致します。

6月19日(月)

ほほえみタイム

～わらべうたベビーマッサージ～

肌と肌のふれあいで愛着形成♡

- ◆対象：3ヵ月～1歳くらいまで
(首がすわってから)
- ◆時間：10:00～11:00
- ◆持ち物：バスタオル・飲み物(大人とお子様の分)
- ◆申込：申込用紙に直接記入をしてお申込み下さい。(限定7組)



バスタオル
持参してね♪

6月27日(火)

★アロマタイム★

(子育てリフレッシュ講座)

アロマセラピーの先生と一緒に素敵な香りに癒されながらアロマスプレーを作りませんか？

講師：ANNVEIL (アンベール)

石井みゆき

時間：10:00～11:30

場所：オアシス保育園一時預かり室

(お子様はるーえんにて託児をします)

参加費：500円(当日徴収いたします)

申込：申込用紙に直接記入をしてお申込み下さい。

おやこでるーえん 6月17日(土) みんなでミニミニ運動会

- 時間：10:00～11:00
- 場所：保育園ホール(集合はるーえんです)
- 持ち物：動きやすい服装、飲み物、汗拭きタオル
- 申込：申込用紙に直接記入をしてお申込み下さい。



[わくわくクラブ] くるくる：6月20日(火) ぶるぶる：6月22日(木)

・・・野菜の種まきをしよう・・・くるくる(じゃがいも) ぶるぶる(だいこん)

■時間：10:00～11:30

■場所：るーえん(テラス)

■持ち物：汚れてもよい服装、手拭きタオル、帽子(親子ともに)、飲み物(お茶 or 水)

※黒・紺色はハチが寄ってきますので、明るい色の服装をお願いします。

※わくわくクラブは会員限定の活動となります。



助産師さんとほぐほぐ棒ビクス体操 6月30日(金)

棒を使って血行促進！からだをほぐして日頃の育児疲れをリフレッシュしませんか？

■時間：10:00～11:30

■場所：東地区活動拠点センター

■持ち物：バスタオル、飲み物(大人用と子ども用にわけて)、動きやすい服装

■申込：直接申込用紙に記入をしてお申込み下さい。(限定7組)



🌸🌸 いつでも、どこでも、“深呼吸” 🌸🌸

① 鼻からゆっくり4秒かけて息を吸って…



② 口からゆっくり6秒かけて息を吐ききります

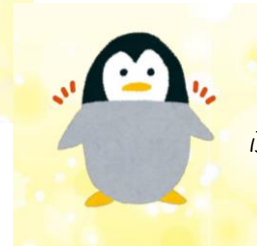


息を吐ききるようなあそびや動作も効果的です

ラップのおもちゃやシャボン玉をゆっくり大きく膨らませる遊びもおすすめです☆

日常の疲れを癒す簡単体操です
緊張がとけてリラックスできますよ♪
遊びの中に取り入れてみてね♪

肩をぎゅーっとあげて…



ふっと肩の力を抜きます…

国立研究開発法人 国立成育医療研修センター
こころの診療部のサイトを開くと続きが載っています。

5月のるーえんの様子をお知らせします

こどもの日 🇯🇵



フラワーアレンジメント



むし見つけたよ 🐞



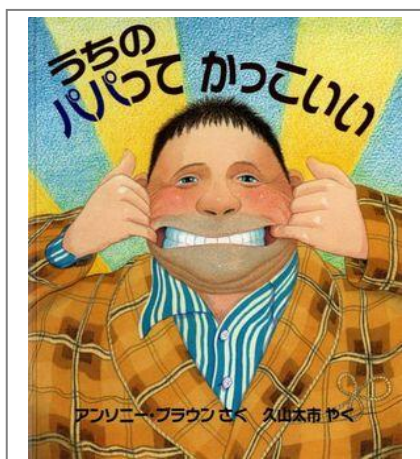
おやこでるーえん
みんなで桜を見にいきました 🌸

素敵なお花に囲まれて
心も体もリフレッシュ!





絵本の紹介



パパはゴリラぐらい強くて、カバくんみたく楽しいんだ。パパはおどりもうまくって、歌うこえはピカイチで、くまちゃんみたくかわいいよ。だけど、それだけじゃない、パパのすごいところ……。ぼうやとパパの愛いっぱいユーモラスなお話。

出版社 評論社
作・絵 アンソニー・ブラウン
訳 久山太市

今月のわらべうた

<うぐいすのたにわたり>

うぐいすの

たにわたり

うめにうぐいす

ほほけきよ



絵本はこころのビタミンです。

～子どもの育ちに必要なこと！！～

- ① 眠ること・・・睡眠はやる気と元気の素
- ② 食べること・・・食事の時の人とのやり取りを通して心も育つ・・・「ビタミン愛」
- ③ 遊ぶこと（後に学べ）・・・支えてくれる大人がいる中で、自らチャレンジし、新しいことを知る。安心できる環境の中で心と身体機能が育つ。
- ④ 愛される（大事にされる）・・・自己肯定感の育ち。

乳幼児の好きなおもちゃは 人間の 手と顔と声

人は人と関わって時間をかけて（乳児期から青年期にかけて時間をかけて）人間らしく発達をしていくのです。大切な愛着の育みの時間をスマホに邪魔されて い・ま・せ・ん・か・？