

Heartfull Eye

Heartfull Nursery

ハートフルナーサリー

〒320-0856
宇都宮市砥上町330-77
028-647-2201

http://www.heartfull-nursery.ed.jp
heartfull-nursery@heartfull-nursery.ed.jp



こんにちは。いちごクラブ（一時保育）担当の大貫です。朝晩の涼しさに季節の移り変わりを感じるようになりました。皆さんも一時保育を利用して、保育園の遊びと一緒に楽しみませんか。ママやパパのリフレッシュタイムとしての利用も可能です！ぜひ一度ご連絡ください。皆さまとお会い出来るのを楽しみにお待ちしております。

いっしょにあ・そ・ぼ！

楽しい時間の合言葉は、いっしょにあ・そ・ぼ！ママやパパ、お友だちと一緒に元気いっぱい遊びましょう♪

トイレットペーパーで紙粘土

引っぱり出したり、クルクル丸めたり、トイレットペーパーは魅力的な素材のひとつです！

思い切り出して遊んだ後は、小さく細かくちぎって、紙粘土にしちゃいましょう♪

【材料】

- ・トイレットペーパー
- ・絵具（赤・青・黄など）
- ・水
- ・でん粉のり

【道具】

- ・紙皿
- ・カップ
- ・洗面器や、洗いおけ



①トイレットペーパーを小さくちぎる。
子どものちぎり具合と粗いので、大人が更に細かくちぎる。

②洗面器などに①を入れ、事前に作った色水とでん粉のりを少しずつ加えながら、耳たぶ程度の柔らかい感触になるまで捏ねる。

③②を握りこぶし程度の大きさに分け、小さくちぎって丸めたり、手のひらで押し潰して平らにするなどして遊ぶ。

薄着の習慣は「秋」からスタート

肌寒くなってくると、つい子どもに厚着をさせたりしますが、子どもは意外と寒さに強いもの。冬に向けて抵抗力をつけ、丈夫な皮膚を作っていくためにも、今から薄着を心がけていきましょう。

薄着で過ごすコツ

- 寒いときは薄手の上着で調節する
- 肌着を着て保温する
- おなかと背中が出ないようにする



大人より「少し遅く」「1枚少なく！」

大人が「長そでを着よう」と思ったとき、子どもは長そでにするのを少し遅らせる。大人が重ね着するとき、子どもは1枚少なく着せる。こうすると、自然と薄着が習慣づけられます。

季節のうた 保育園のお友だちがうたっている季節の歌をご紹介します♪

- 【9月】 ・虫の声 【10月】 ・どんぐりころころ 【11月】 ・やきいもグーチーパー
- ・つき ・トンボのめがね ・大きな栗の木の下で
- ・山の音楽家 ・夕焼け小焼け ・たきび

・・・栄養をとって風邪を吹き飛ばそう・・・

【ネギみそ湯】

みじん切りにしたネギと、小さじ1～2杯程度のみそをカップに入れ、熱湯を注いで完成！殺菌効果があります。

【しょうが湯】

おかゆやみそ汁にしょうが汁を数滴たらす。吐き気を抑えるのに効果的です。

【野菜類】

野菜には風邪を予防するビタミンがいっぱい！積極的に摂りましょう。ビタミンCが不足すると風邪を引きやすくなります。また、ビタミンAやカロテンは、粘膜を強くする作用があります。

いちごクラブ（一時保育）

お買い物に行く1～2時間
預かってほしい！

週2～3日パートで働いている間
預かってほしい！

2人目の子の出産で
通院する間どうしよう・・・

たまには自分磨き♪
美容院にだって行きたい！



一時保育の母子分離はお子様ごの成長の第一歩を支援します！

保護者の皆さんを応援します！

ハートフルナーサリー 検索

ご利用にあたって

- 月～金曜日の開設となります。
- 土日祝祭日・年末年始・お盆・園行事等の際はお休みです。
- 朝9時以降のキャンセルのご連絡は、キャンセル料が発生します。
- 初めの方は安心してお過ごしいただけるよう、担当保育士とお話いただく時間がございます。

保育時間・料金のご案内

時間 9:00～16:00
料金 0・1・2歳児:600円/時
※おやつ1回50円、昼食400円が加算されます

