



下京ひかり児童館 ひかりひろば通信

～共に ENJOY! 子育て～

地域子育て支援ステーション

京都市下京区中堂寺前田町 7-3

TEL (075) 371-4821



児童館インスタ

♡♡ 子育てホッと広場 月～金曜日 10:30～ ♡♡

下京ひかり児童館で ～共に ENJOY!～ 一緒に子育てを楽しみましょう

クラブのある日・ない日でも遊ぶことができます。乳幼児親子向けのイベントも開催します。

ぜひ当法人の保育園・児童館へおこしください!

※館内でお弁当を食べていただけます。感染予防対策も引き続きお願いします。

クラブの予定	7・8月
キリンちゃん ＜0歳児＞第1・2・3月曜日 11:00～11:30	7/3・10 8/28 ふれあい遊びです。
しもっこ ＜1歳～＞ 毎週 水曜日 10:30～11:00	1歳からの運動あそび 7/5・12・19 8/30
わくわくクラブ ＜0歳～未就園児＞ 毎週 金曜日 10:30～11:00	7/7 「七夕あそび」
	14 「保育士さんと話そう」 下京ひかり保育園の保育士さんと子育てなど日頃の悩みをお話しましょう! ※クラブに登録されていない方も参加できます。申込不要
	21 「感触あそび」
	8/25 「氷と絵の具あそび」
3B体操 ＜0歳～未就園児＞第2・4月曜日 10:30～11:30	7/10 8/28 曲に合わせて身体を動かすリズム体操です♪

*中止及び延期する場合はHP・インスタグラム・掲示板に掲載いたしますので、ご確認ください



児童館を利用するにあたってのお願い

- ・発熱や咳等の風邪症状が見られるときは、児童館の利用をお控えください。
- ・手指消毒をし、検温と入館用紙のご記入をお願いします。
- ・入館後は、手洗い・うがいをお願いします。マスクの着用は皆様の判断に委ねます。



♡**ひかり広場**＜0歳児～未就園児＞★第1木曜 11:00～11:30

場所：光徳公園 *雨天中止

※都合により日にちに変更がある場合もあります。ご了承ください。
手遊びやふれあい遊び、絵本の読み聞かせなど移動子育て広場です。

7/6 (下京ひかり保育園と共催です。)

※8月はお休みします。

♡**ホッこい広場** ＜0歳～未就園児＞ ★火曜日 10:30～12:00

「ホッ」と一息・「こ」どもも親も一緒に・「い」ラックスしてお茶でも飲みながらゆっくり過ごしてください

7/4・11・18 8/29

♡**親子ヨガ**＜0歳～未就園児＞★第1火曜日 10:30～11:00
年4回 (①5/9:終了 ②7/4 ③10/3 ④1/16)

7/4 (火) ※申込制 参加費：500円

持ち物：ヨガマット (必要であれば貸し出します)

外部講師による親子ヨガ実施。ヨガのゆっくりとした動作を通じて、心の安定を育てることで親子の絆を深め、健康な身体作りや心身の発達、脳の活性化を促します。申込は直接児童館までお願いいたします。

※都合により日にちに変更がある場合もあります。ご了承ください。



♡**ベビーマッサージ** ＜2ヶ月～1歳＞★第2木曜日 11:00～11:30
(前期：7/13) (後期：9/14・10/12・11/9)

7/13 (木) ※申込制 参加費：500円 (初回のみオイル容器代+100円)

持ち物：バスタオル

外部講師によるオイルを使ったベビーマッサージを実施。親子の優しいふれあいが、お子様の心と体を育てます。申込は直接児童館までお願いいたします。

※都合により日にちに変更がある場合もあります。ご了承ください。



ひかりひろば通信



社会福祉法人
下京ひかり保育園・児童館
下京ひかり保育園

子育て支援ステーションニュース

令和5年7月発行

〒600-8804 京都市下京区中堂寺前田町 7-3 Tel.(075)351-6287



保育園 HP



SHIMOCYOUHIKARI_HOIKUEN
保育園保育：インスタ



SHIMOCYOUHIKARI_HOIKUEN
保育園給食：インスタ

じめじめと蒸し暑い時期になりましたね。洗濯物は乾かないし、雨続きで外にも出られないし、雨の日の過ごし方に困りますね。保育園では、部屋で運動遊びもしますが、この時期感触あそびを楽しんでいます。お家でも出来そうなものを紹介します。口に入れても安全な素材を使っていますが、どうしても口に入れてしまうので、お子さんの見守りはして下さいね。

これからの季節、日中は気温も上がり、それとともにまだ体温調節がうまくいかない赤ちゃんの体温も上昇していきます。水分補給と室温調整をうまくしながら、暑い夏に備えましょう。

水あそび・プール開放 あそびにきませんか？

7月13日(木)・7月20日(木)・8月24日(木)

10:30~11:30

持ち物：水着・水遊び用紙パンツなど、帽子、水分補給ができるもの、着替え、体拭き等

水に触れて、身体を動かしてあそんですっきり！是非、遊びに来てくださいね。



令和4年度の様子
水遊び、ビニールプールで遊びます。水遊びだけでもOKです。



旬の野菜を使ったメニュー「万願寺甘とうの豚肉炒め」(4人分)

夏の京野菜です

【材料】

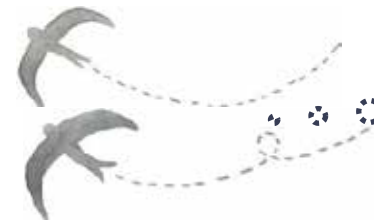
- ・豚肩ロース 160g (こま切れでも可)
- ・万願寺甘とう 4本
- ・Aの調味料
- こい口醤油 小さじ1
- マヨネーズ 小さじ1弱
- みりん 小さじ3分の2
- さとう 小さじ1強
- おろししょうが少々
- ・サラダ油少々

【作り方】

- ① 豚肉は1センチ幅くらいに切り、万願寺甘とうも1センチ幅くらいに切っておく。
- ② フライパンに油を入れ、豚肉を炒め、火が通ったら、万願寺甘とうも入れて炒め、最後に合わせておいた A の調味料を入れて絡めて出来上がり



万願寺甘とう



雨の日のあそびあれこれ

寒天の色は食紅です。冷たい感触が楽しい。



寒天あそび

耳たぶくらいの固さがちょうどいいですよ。食紅で色をつけてもOK!



ジップロックのような袋に絵の具を入れてペタペタすると手が汚れません

スタンプあそび



小麦粉粘土あそび

