



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	10月 (後期開始)
 キリンちゃん <0歳児>第1・2・3月曜日 11:00～11:30	2・23 ふれあい遊びです。 ★中高生世代と赤ちゃんとの交流活動 ※活動は、松原中学校にて行います。 30・11/6・13
しもっこっこ <1歳～> 毎週 水曜日 10:30～11:00	1歳からの運動あそび 4・11・18・25
わくわくクラブ <0歳～未就園児> 毎週 金曜日 10:30～11:00	6 「ふれあいあそび」
	13 「がっきあそび」
	20 「しんぶんあそび」
	27 「ハロウィンこうさく」
3B体操 <0歳～未就園児>第2・4月曜日 10:30～11:30	23 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・Instagram・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。

10/5 (下京ひかり保育園と共催です。)

♡ホっこい広場 <0歳～未就園児> ★火曜日 10:30～12:00

ホッと一息・子どもも親も一緒に・リラックスしてゆっくり過ごしてください

10/3・10・17・24・31

※10・24 (保育園の園庭開放) 雨天中止



♡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:終了 ③10/3 ④1/16)

10/3 (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

(後期：9/14終了・10/12・11/9)

10/12 (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10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

こんにちは、下京ひかり保育園です。今年の夏はいつ終わるのかというくらい暑く、9月に入ってからなかなか外に出られませんでしたね。そして、夏の間のプール開放にはたくさんのお子さんの参加がありました、ありがとうございます。保育園は、10月は運動会や遠足など、過ごしやすい戸外での活動が増えます。公園では、バッタやトンボを追いかけたりなど身体を動かすあそびが大好きです。

おでかけスポット

宝ヶ池こどもの楽園「平安騎馬隊」

こどもの楽園はよくご存じかと思いますが、少し歩いたところに京都府警察「平安騎馬隊」があります。予約なしでお馬さんを見る事ができます。(行事の後などは見れない時もあります) 保育園の子どもたちも、こどもの楽園に遠足に行った際、見学したことがあります。これからの季節、どんぐり拾いや、虫探しなどするにもいいですね。



予告

下京ひかり保育園栄養士による

あかちゃんの離乳食会 第2弾

5月に第1回目を行いました、今回はその第2弾です。下京ひかり保育園の給食室の栄養士、調理員がつくった離乳食の試食をして頂くことができます。お出汁の味や、段階に合わせた食材の大きさや硬さなど、日々の離乳食の参考にさせていただければと思います。



これから離乳食を始める方、すでに始まっている方、ご参加下さいね。

日時 令和5年11月20日(月)



みんな大好き!

ゆうやけごはん

★つくいかた

材料 米2合

薄口しょう油 大さじ1と1/2

酒 大さじ1強

みりん 大さじ1弱

人参 1/2本

シーチキン 1缶(じゃこの場合大さじ3)



- ① 人参はすりおろす
- ② といだ米の中に水を入れ、うす口しょう油、酒、みりんを入れる
- ③ ②の中に①とシーチキンを入れ、昆布も一緒にに入れて炊いて出来上がり。
※昆布 10cm角炊くときに入れます。

テラスで遊具であそぼう!(園庭でもあそべます)

園庭では砂遊びはたくさんできるのですが、小さいお子さん向けの遊具はないので、北テラスに遊具を設置してあそぼうと思います。もちろん園庭でほっこりとあそんでいただいてもいいですよ。(※遊具は2歳くらいからのお子さん対象です。)



こんな遊具
があります