



おひさま広場

2026年 5月号(月1回発行)

高崎市倉賀野町194

おひさま倉賀野保育園

TEL(027)347-0441

(子育て支援センター)

(027)346-3899 (保育園)

http://ohisamakuragano@gmail.com



HP QRコード

お知らせや
変更はこちらも
見てね♪

おひさまは、園庭前の砂利の駐車場に奥から枠通りに停められます。

今年度は、おひさまに夏の日がある春。園庭では、元気いっぱい子どもたちが走り回っています。暑あきる早い夏の水あそびの季節が来る前に散歩も楽しめるといいなあと思っています。予定が“さんぽ”となっている日は、履きかえたサイズの合った靴下を、まだ歩いていない子は、汚れてもいい靴下下を持ってきておいて下さいね。

学ぶつどい 身体調和支援

5/21(木)
10:00スタート

気持ちよく動かそう、生活しやすい体になるために、子どもの緊張(筋肉や関節の緊張)を少しでもゆるめられるようなマッサージを学ばせてあげませんか? 日々のちょっとした時間にはできるのがまたいいところですよ。おひさま倉賀野保育園保育士 講師: 伊藤純子 SUAマスタートレーナー 定員14組程度 申し込みね!! 参加費: 100円 持ち物: バスタオル、ハンドタオル、ハンカチ(夕刊生田NG) 普段使っているオイル

青空広場

5/11(月)
10:00スタート

倉賀野睦田集会所(倉賀野町759)に集合! 車の人は、西側の空き地に停められます。当日集会所で馬車カードをお渡しします。ふれあいあそびをしたり、天気がよければ、近場をさんぽできたらと思っています。

今回は、おしゃべりしながら赤ちゃんのおもちを作りたいと思います。持ちものは、不要です。5/9(木)までに申し込み下さい。

5/11(日)
14:00スタート

妊婦さんの広場

今日は...

- 5/11(月) 青空広場(予約不要)
- 5/11(月) 妊婦さんの広場(予約)
- 5/21(木) 学 身体調和支援(予約)
- 5/26(水) 学 離乳食について(予約)
- 5/30(土) お父さんとあそぼう(予約)

来月は...

- 6/3(水) PM 学 母季の話し(予約)
- たんぽぽ 6・7月コースあります。

2026年 5月の予定

☆マーク: 園庭開放 9:30~11:30

日	月	火	水 0歳	木 1・2・3歳	金	土
					1 ☆ さんぽ	2 ☆
3	4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7 ☆ 庭あそび	8 ☆ 園行事見学 庭あそび	9 ☆
10	11 ☆ am 青空広場 pm 妊婦さんの広場	12 ☆ お母さん 「カエルの豆太」	13 ☆ am 自由あそび pm ふれあい遊び	14 ☆ さんぽ	15 ☆ 自由遊び	16 ☆
17	18 ☆	19 ☆	20 ☆ am さんぽ pm ティータイム	21 ☆ 学ぶつどい 身体調和支援	22 ☆ 色あそび	23 ☆
24	25 ☆	26 ☆ 学ぶつどい 離乳食	27 ☆ am リズム・誕生会 pm 体操/計測	28 ☆ 自由あそび	29 ☆ リズム 誕生会	30 ☆ お父さんと 遊ぼう
31						

◎水AM這える子、水PMまだ這わない子、木金1歳を越えて歩く子が目安です。

◆基本的には予約なく参加できますが、予約が必要なものもあるので、FAXして下さい。

◆お-ア-ン-7-0-7(活動のない月火木金)9:30~11:30/14:00~15:30 (電話してからきてね)

◆電話相談(月~金の広場のない時間) 13:00~16:00

◆年齢ごとの広場

午前の活動

(水~金/たんぽぽ) 9:30~11:30

午後の活動 (水)13:30~15:30

※最初の30分は受付や自由に遊ぶ時間です。

◆園庭開放 対象: 未就学の親子
名簿に記入(センターの掲示板)

◆ランチタイム

(水~金)広場終了後~12:15

おにぎりやお弁当を作って持ってきてね。園で汁ものがある時は、1杯50円で飲みます。

◎持ち物◎

着替え、帽子、名札(初回配布)、水分、タオル(水曜PMはバスタオル)、オムツ替えシート
※ジュースやお菓子は持ってこないでね。

→ 裏も見てね

観劇「カエルの豆太」

5/12(火)
9:45 園ホール
にて開演。

「君羊馬中芸」が保育園に来ます!
在園児全員が観劇します。観たい方は、ぜひ一緒にどうぞ。人数把握したいので、申し込みして下さいね。

色あそび

5/22(金)

子どもも大人も 汚れてもいい服装で来て下さいね。
着替えもいっしょに人は、複数用意しておくで安心ですね。

学ぶついで" 離乳食について"

5/26(木)
10:00スタート

保育園の調理師に来てもらい、初期～完了期までの
形状(形や柔らかさ等)や味の濃さ、進め方など
お話しします。実際に大人は言式食できるので、
離乳食で悩んでいた、これから女お母 離乳食
が、いっしょという方、ぜひ参加して下さいね!

対象: 妊婦さん～6カ月の子 **定員(10組程度)**
(対象見以外で参加したい人 要相談)

参加費: 300円 早めに申し込み下さい。

お父さんとあそぼう

5/30(土)
9:30～12:00

春探しの散歩にぞかけよう!!
春の草や生き物を探してみたり、保育園の
そばの自然に触れ、楽しみたいと思います。
散歩って、こんな身近なところでも、子ども視線
とママと楽しいがいっぱい! 親子共に重たさや
服装で来て下さいね。

持ち物: 着替え、帽子、靴(普段靴を履いていない子は、汚れてもよい靴下) 手拭きタオル、水分(水かお茶)

学ぶついで" 母乳の話"

申し込みね!
6/3(水)
14:00スタート

卒乳と断乳の違いって? やめる時は
どうやって終わりにあるの? 赤ちゃんとお母さんが
いっしょに...
色々悩みや疑問を助産師さんに聞いてみましょう!
妊婦さんも卒乳を考えている人も、まだまだ授乳中という
人も参加お待ちしています。普段水曜日の午後の広場に
参加していない人でも申し込みできます。

講師: 佐藤助産院
佐藤 孝子さん(助産師)
参加費: 100円

たんぽぽ 6・7月コース

申し込み制

募集中です! 7・8カ月頃の赤ちゃんクラブ。火曜のみ
全6回のコースです。毎回決まったテーマで、話したり
学んだり情報交換しています。

誕生会 予約不要

毎月行っています。誕生会も みんなでお祝い
しましょう。もし誕生月を過ぎてしまった方という人も
声かけて下さいね。身長・体重も言えます。

子どもの

おむつ選び

外反偏平足

土が正しい形がとれていない状態。
走っている時に足も後ろから見て、かかとが内側に倒れこんでいる。

- 歩行が安定しない
- 疲れやすい
- 足の指の変形
- 足の裏やひざ、股関節が痛む



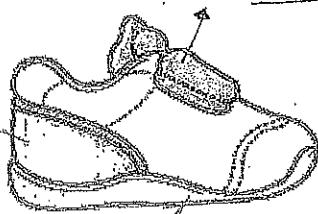
かかとが適度にかたく、安定感のあるものがおすすめ!!



ポイント

かかとがしっかり止まり 甲を締められる

かかとがしっかり
しいて補強して
いる



足首をくびれまでの
深さがある

- つま先部分が広い
- 指が自由に動く(グーハールできる)
- 人差し指から5~10mmのゆとり
- 1~2センチほどつま先防止の巻上座

歩く時に指でケリおしめおしに、指のつけ根部分でくつ底が曲がる

これらの時期とても暑く
なります。特に外へお出かけ
遊んだ後、汗をかいた
後は、シャワーでさっぱりも
できます。暑くなってきたら、
体を拭けるタオル
もあれば便利ですね!
そして、外へ出る前、
中に入ったら...とこまめに
水分補給をしましょう!

