



おひさま広場

2026年 8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♪

※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。

暑い日が続きますが、元気に過ごしていますか？
子ども大人も水分衣類給しながら 夏ならではの
遊びを楽しめたら！と思っています。あまりに
暑かったり、湿度が高かったり等で 熱中症アラート
が出ている日は、室内あそびとなってしまうですが、
外に出られる日は、着替え、体操タオルも忘れず
に!! 未就学のお子さんなら、夏休みに兄弟で
こられるぞ!! という方もいると思います。久々に
広場に來られる! という人も含め、みなでワイワイ
楽しみましょう♪

おまつりごっこ

7/26^{am}(水) 普段pmに來てる
子ども2mで参加ok
/28^{am}(金) 1歳以上~年長まで

今年もやります!! 大人子どもも盛りあげましょう!!
夏まつりほいお楽しみも準備中です。
定員はありませんが、人数把握の為、申し込み枠
となります。参加費 50円



今月の申し込みが必要なもの

8/26-28^{am}(水・金) おまつりごっこ8/27^{pm}(木) 学童い わらべうた

来月の予定

たんぽぽ 9.10月コース 申し込み要

9/3^{am}(木) 車馬舞・韓国のお踊り公演9/6^{am}(月) 青空広場 申し込み

" pm 女王様さんの広場 必要

8/10(月)~15(土)は、
広場・園庭開放はお休みです。

8/20(木) 小学生のつどいは、小1~小3
が対象です。定員になり次第決まります。
申し込みの電話は広場のあそび・木・金で、
(12:00~16:00)

☆マーク：園庭開放
9:30~11:30

2026年 8月の予定

日	月	火	水 0歳	木 1・2・3歳	金	土
						☆
2	3 ☆	4 ☆	5 ☆ am水あそび PMふれあいあそび	6 ☆ 水あそび	7 ☆ 感触あそび (片栗粉)	8 ☆
9	10 ←	11 山の日	12	13 お盆	14	15
16	17 ☆	18 ☆	19 ☆ am誕生会水あそび PM体操・計測	20 ☆ 小学生の つどい	21 ☆ 水あそび 誕生会	22 ☆
23	24 ☆	25 ☆	26 ☆ amおまつりごっこ PMおしゃべり	27 ☆ am水あそび PMわらべうた	28 ☆ おまつりごっこ	29 ☆
30	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、チェックしてね。

◆お-7°ン707(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円で飲めます。

◎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

片栗粉あそび

8/7(金)

片栗粉の粉から始まり、水もいれたら...
トローリッ キュッ! この感覚がたまらない。
初めての人は、何だこれ?とトキドキするかも
しませんが、真っ白になって楽しませませんか?
糸が切ったら水あそび予定! 着替えて忘れず
にね。大人も3つれていい支度で来てね。

学ばっどい

わらべうた

8/27(木) 14:00~
全年齢対象

普段な場でやっているようなものや、昔やったこと
ある!! というのもあるかも!? なんで子どもたちと
わらべうたもするのいいの? も含めわらべうた
を みんなで楽しみながら、学べたらと思っています。
参加費 50円 申し込みして下さいね!!

9/8スタート 11/10スタート

たんぽぽ 9・10月/11・12月コース

7・8カ月児の赤ちゃんとクラブです。火曜(am)全6回コースです。
毎回テーマを決め、みんなで、情報交換したり、学んだり...
テーマは、生活や絵本、あそび、離乳食(試食有り)等です。
同じくらいの子どもたちが揃うので、悩みや成長が実感
しやすい、お母さんたちもぐっと仲良くなっています。定員は
各回10組程度です。申し込みお待ちしています。

水あそび

暑すぎて、外は危険となると、室内
あそびになってしまいが、できれば
この季節にしかできないから、水あそび
をちょっとの時間でもできたらいいな
と思っています。暑い日は、巾着子
3個くらいかぶったり、矢張り時間
水に水筒給水や、クーラーガンしながら
あそびたいと思います。

園庭を通って建物に入るわずかな時間でも、赤い
しるし程暑い日があります。工夫しながら、少しでも暑さを減ら
せたいですね。な場について出来るだけ早く、こまめに
おしえてあげられるといいですね。また園庭開放利用の方、
園舎のまん中辺りに、オレンジや赤い糸で、暑さ危険度が
わかるようになっています。赤が点いている時は、外あそびは
出来ません! また夏休みだから...と参加の未就学児の
お友達もな場は、参加できますよ!! お待ちしています。

※センター横の大型遊具は、な場の子は使えません。

※園庭開放で遊んだ時は、使ったものは、片付けてね。

暑いと飲みたくなって(ジュース。
しかもお茶や水より、よく飲むから...と
手にしがちですが、その甘い量の糖が
入っている、食品添加物の甘味料
が使われているものも多くあります。
人工甘味料は、飲み物、お菓子等
いろんなところでよく目にします。安全性
で問題が多いものが普通に3茶割れ
ています。これ何だろう? というのは、言わない
みるのもいいかもしれません。そして、
いかに選んでいけるかですね。

子どもにはちょっと気になります

●野菜飲料は

野菜の代わりになりません

野菜飲料は、野菜に含まれる食物繊維
やビタミンAは、野菜料理を食べたのと
同じにはなりません。また、壊れやすい
ビタミンCは、ジュースにする過程で必
要な加熱処理後、どれだけ残っているか
疑問です。

ジュースはかむ必要がないので、咀嚼
しにくく行なわれません。野菜を食べると、
かみながら舌を動かし、唾液の分泌にも
役割を果たします。口の掃除にもなりま
す。【食べもの文化】No.363 (芽ばえ社) 参考

●大人の飲み物です

カフェインを含むアルカロイド飲料、
コーヒー・紅茶・緑茶・コーラ・ココアは、
子どもの場合摂りすぎると交感神経を刺
激しすぎて食欲が減退します。また、中
枢神経を興奮させて集中力がなくなり、
不安感やイライラをもたらします。

【食べもの文化】No.363 倉田均 (芽ばえ社) 参考



子どもの水分補給は、果糖分、甘味のない飲みもので

●のどがかわいた時は、麦茶など、甘味
のない飲みものを選びましょう。

●おやつ時は、牛乳・果汁・麦茶など、
おやつに合わせて選びましょう。

●1日に必要な水分は、朝昼夕食の料
理や汁ものの食事からの水分、そして
その燃焼水、プラス飲みものからです。
●出かける時は、マイボトルに甘味のない
飲みものを入れて。

●どうしても甘い飲みものが飲みたい時
は、コップにとりわけて飲みましょう。



「子どもの食を育てる保育園の食事だより」より