

# 「けやき楽校だより」 7月

5・6月の降水量は、梅雨入り前から平年より多くなっているとのことでした。急な強い雨や台風もありましたので雨による災害も心配なところです。

梅雨が明けると、あの猛暑がやってきます。室温、水分補給に気を使う日々になりますね。散歩も涼しい時間帯でないと厳しくなりますので、『けやきひろば』にあそびにいらしてください。小さなお子様が水遊びの出来る場所も用意しています。高齢者の皆様は、室内でゆっくりお休みください。開室予定日は、どなたもお越し頂けます。どうぞご利用ください。



手前はお子さんがあそぶスペース。奥が大人の手仕事や談話するスペース

## わらべうた

こは とうちゃん にんどころ (左ほほをつつく)  
こは かあちゃん にんどころ (右ほほをつつく)  
こは じーちゃん にんどころ (おでこをつつく)  
だいどう だいどう (顔の周りを手のひらでなでる)  
こちょ こちょー (脇の下をくすぐる)

**にんどころー似ているという言葉**

一番身近な人の優しい声かけから始まり、他の人とのやり取りを広げていきます。腕の中の赤ちゃんの顔をみていると声を掛けたくなることはあそびの一つです。

**小品盆栽づくり** 盆栽作家一小堺健司氏  
今回は、『かえで』を仕立てました。

「樹木が自然の厳しさの中で、自然に合わせ樹形を変え、何百年も生きている。その姿を縮図としたものが盆栽」というお話は、命あるものの強さや四季のある日本の気候を大切にしないでとは考える機会となっています。昨年の桜の成長も見ていただきワイヤーを外してもらうことも出来ました。けやきの成長も楽しみです。

**健康体操** 講師ー衛藤 裕氏  
肩甲骨と脚の体操の前に、減量のこと衛藤講師の体験を含めて話して下さいました。

「痩せたいところは一番痩せにくく、お腹は難しい。運動して脂肪が燃焼するのは20分後ぐらいからと言われています。燃焼は運動をやめて直ぐには止まらないから、最低40分ぐらい続けると良いです。一番、効果的なのは早足で坂道を登ることで、継続して半年ぐらいで少し落ち、その後、停滞期に入り、そこからまた続けているとストーンと落ちてきます」大切なのは、継続することにつきますね。

## 減塩梅干しづくり

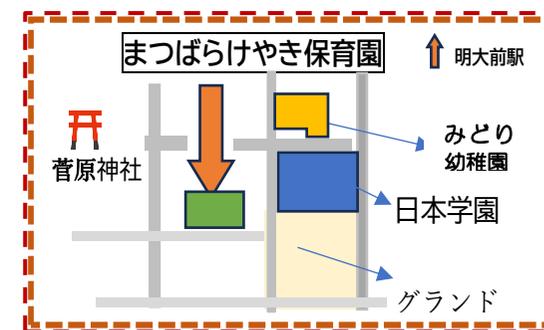
大雨の中、ご来校下さり有難うございました。今年は、梅が不作ということで、追熟の時間が短く硬めの梅になってしまいました。申し訳ありませんでした。硬めなりの味わいもあるとも言われていますので味わって見て下さい。しっかり追熟した梅との違いはどうでしょうか。梅雨明けが楽しみです。

**『けやき楽校』**  
けやき楽校では、赤ちゃんから高齢者の方までが利用していただく「けやきひろば」を開設しています。

**けやきひろばの開室曜日**  
毎週火曜日～金曜日  
**開室時間**  
10:00～11:30です

楽校ではワークショップや講座も計画していきます。地域の皆様が楽しめる楽校としていきます。「こんな講座があれば」「趣味を披露したい」など、何でも声をあげてください。皆様のご来校をお待ちしております。

水遊びを希望されるご家庭はタオル、替えの洋服、オムツ、帽子をお持ち下さい。



## 連絡先

まつばらけやき保育園 (日本学園裏側)  
世田谷区松原2-11-1  
Tel 03-6304-3730 担当 梅澤

# 2024年7月「けやき楽校 けやきひろば」予定

まつばらけやき保育園

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	どうぞご利用ください 8月の予定																																										
	1	2 	3 	4 	5 	6		<table border="1"> <thead> <tr> <th>日</th> <th>月</th> <th>火</th> <th>水</th> <th>木</th> <th>金</th> <th>土</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> <td>8</td> <td>9</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>11</td> <td>12</td> <td>13</td> <td>14</td> <td>15</td> <td>16</td> <td>17</td> </tr> <tr> <td>18</td> <td>19</td> <td>20</td> <td>21</td> <td>22</td> <td>23</td> <td>24</td> </tr> <tr> <td>25</td> <td>26</td> <td>27</td> <td>28</td> <td>29</td> <td>30</td> <td>31</td> </tr> </tbody> </table>	日	月	火	水	木	金	土					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
日	月	火	水	木	金	土																																											
				1	2	3																																											
4	5	6	7	8	9	10																																											
11	12	13	14	15	16	17																																											
18	19	20	21	22	23	24																																											
25	26	27	28	29	30	31																																											
7	8	9	10 健康体操 	11 	12 	13	<p>8月の健康体操は、8月7日予定です。 グレーの塗りつぶしは、ひろばが休みの日。 基本以外の休みにつきましては、該当月のお知らせでお伝えします。 お知らせは、世田谷区社会福祉協議会のメルマガと園のインスタからもみられます。</p>																																										
14	15	16	17 	18 	19 	20																																											
21	22	23 	24 	25 	26 	27																																											
28	29	30 	31 	<p>今月の手仕事は、軍手を使って動物人形づくりを予定しています。もちろん、好きな手仕事、お喋りタイムもOKです。お子様と一緒にの方もお子さんがあそんでいる間に作れます。  のイラストの入っている日は、いつでもどうぞ。</p>																																													

けやきひろばの開室時間は、10時から11時半です。  
開室曜日は、火曜日から金曜日の週4日です。  
「けやき楽校 けやきひろば」は、赤ちゃんから高齢者までどなたでも利用できるひろばです。赤ちゃんが遊んでいる近くに高齢者もいて赤ちゃんから癒しをいただけます。お子さんが、ひろばに慣れてきて、お母さんが離れても遊べるようになりましたら、講座に参加することも可能です。  
お部屋全体を使う講座の場合は講座のみとなる場合もあります。その都度、お知らせさせていただきます。現在、定例は健康体操です。体操は、お部屋の広さの関係で人数を限らせていただいております。ご希望の方は、空き状況を電話でお問い合わせ下さい。

**子どものスペース**には、お子さんが自由に手に取ってあそべるよう遊具を設定してあります。目に入ったものを手に取り、舐めたり、打ち合わせたり、叩いたり、器に入れたり、お子さんなりの評価でお気に入りを見つけます。月齢が高くなってくると使い方や他の玩具と組み合わせて遊ぶなどの変化も出てきます。そんなお子さんの成長をじっくりとお楽しみください。体全体を使って遊ぶ玩具も用意しています。  
**大人のスペース**には、手仕事の材料を常時、用意しています。動物の軍手人形、ポシエットづくり、ミニ額縁飾りは、いつでも声をかけて下さい。お持ちいただいた編み物、針仕事なども、お喋りをしながら一緒にやりませんか。もちろん、のんびりお喋りタイムでも大歓迎です。手仕事はその日に出来上がらなくても何日かけてもOKです。

※ご利用の連絡先：まつばらけやき保育園 03-6304-3730 担当 梅澤