



たんぽぽ通信

(令和8年2月発行)

府中ひかり保育園子育て支援センター

支援センター・出前講座、活動時間 ⇒ 午前10時～12時 ・ 育児相談・電話相談 ⇒ 午前10時～午後3時

月

火

水

木

金

土

※ オープンスペース(0、1、2歳)、絵本とバイオリンでホッ！に参加ご希望の方のみ予約が必要です。

(出前講座、園庭開放は予約はいりません。)

★ 予約は電話、又はメールでお願いします。留守番電話の場合はお名前・参加希望日を残してください。

メール: tan-popo@fuchu-hikari.jp 電話: 082 - 282 - 9393

★ 府中町以外の方はご遠慮ください。

★ 親子が遊ぶ場です。事故は一瞬で起きます。スマホは触らないで、お子さんと一緒に遊びましょう。

★ 午前8時の時点で警報が出ている場合は、その日の活動は中止になります。

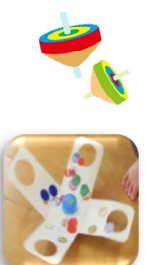


2 オープンスペース 会場=支援センター (1歳児) ※臨床心理士 片木先生来所	3 たんぽぽクラブ (登録者) 《食育》	4 オープンスペース 《赤ちゃん広場》 会場=支援センター (0歳児) ※小児科医 田中先生来所	5 オープンスペース 会場=支援センター (2歳児以上)	6=出前講座 《広場ひかりっ子》 会場=東地区センター (0～3歳児)	7
9 オープンスペース 会場=支援センター (1歳児)	10 たんぽぽクラブ (登録者) 《新聞紙遊び》	11 建国記念の日	12 オープンスペース 会場=支援センター (2歳児以上)	13 オープンスペース 《赤ちゃん広場》 会場=支援センター (0歳児)	14
16 《絵本とバイオリン でホッ！》 会場=支援センター (0～3歳児) 【定員 20組】	17 たんぽぽクラブ (登録者) 《リズム遊び》	18=出前講座 《広場ひかりっ子》 会場=府中公民館 (0～3歳児) ※小児科医 田中先生来所	19 園庭開放 ※雨天の場合 支援センターを開放	20=出前講座 《広場ひかりっこ》 会場=くすのきプラザ (0～3歳児)	21
23 天皇誕生日	24 たんぽぽクラブ (登録者) 《運動遊び》	25 オープンスペース 《赤ちゃん広場》 会場=支援センター (0歳児)	26=出前講座 《広場ひかりっこ》 会場=総社会館 (0～3歳児)	27 オープンスペース 会場=支援センター (1歳児)	28

たんぽぽクラブ B スタート！

10回コースのたんぽぽクラブ B が始まりました。親子で一緒に楽しく過ごしてもらえる時間になればいいなと思っています。
お母さんも子ども達もお友達がた～くさんできるといいですね！

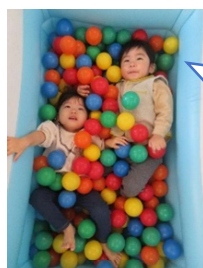
お母さんと手を繋いで
「よろしくね」の体操。
初めてだったけど、
みんな喜んでくれました！
お母さんと一緒に
踊るの楽しいね♪



牛乳パックにシールをパタパタ
貼ってこまを作りました。みんなシール
貼りが大好きなようであっという間に
完成！！
お家でもたくさん
遊んでね！



おやつ時間。
みんなで食べると
おいしいね😊



お友達とも
一緒に遊んだよ♪



僕は一人で黙々と🚂



<保健ニュース> 地震に備えよう！

地震や台風、豪雨など、いつ起きてもおかしくない自然災害。もしものとき、小さな子どもを連れて安全に避難できる自信はありますか？子ども連れの避難では、持ち物だけでなく心の準備や家族の連携もとても重要です備えることが、家族の未来を守ります。



災害時に親がまず取るべき行動は、「子どもの安全をどう確保するか」

① 冷静さを保つこと

親が慌てると子どもは不安を感じやすくなり、混乱が広がってしまいます。落ち着いて深呼吸し、身の安全を確保したうえで、すぐに子どもに寄り添い「大丈夫だよ」と声をかけましょう。

② 避難が必要かどうかを判断する

自宅が危険な状態(崩れる可能性がある・火災のリスクがある等)の場合は、速やかに避難を開始します。その際、避難経路はあらかじめ家族で話し合っておくことが大切です。避難所までのルートや、万が一はぐれた場合の集合場所を決めておくことで安心です。

※ 親がまず冷静に、安全確認、声掛け、避難判断、持ち物確認。

この4ステップを念頭におき、普段から防災意識を高めておくことが命を守るカギになります！！



地震が収まった後の6つの初期行動

- 靴・スリッパをはく
- ドアを開ける
- 子供のケア
- 電気・ガスを止める
- 情報収集
- 避難準備

災害時に最低限必要な防災グッズ

最低3日分の非常用食料・飲料水
飲料水は1人1日3リットル
アルファ米・ビスケット・乾パン・レトルト食品・板チョコなど

救急用具
持病の薬・常備薬・お薬手帳

軍手
災害時に怪我や汚れを防ぐために必須

携帯ラジオ
インターネットが使えない場合の情報収集に

懐中電灯
換えの電池もいくつか準備しておく

マルチツールナイフ
生活に必要な工具やナイフとして使用

携帯トイレ
トイレ用ペーパーも忘れずにストック

衣類・毛布など
衣類は圧縮袋でコンパクトに保管
毛布やカイロなどの防寒アイテム

避難のために備えたい赤ちゃん用品

- 紙おむつ
- ミルク、哺乳瓶
- 離乳食
- 清浄綿
- お尻拭き(ウェットティッシュ)
- ベビーソープ
- ごみ袋(45ℓサイズ)
- 医薬品
- 母子手帳
- おもちゃ

その他

- 着替え
- タオル、バスタオル
- 健康保険証
- 爪切り
- カイロ(冬の場合)
- 抱っこひも



<絵本紹介>

『おにのこ にこちゃん かえらないったらかえらない!』

作：ケロポンズ 絵：原あいみ 出版社：ポプラ社(¥ 1,100)

＼うちの子みたいで笑っちゃう!／

イヤイヤ期の子とパパママを応援する可愛くて楽しい絵本、「おにのこ にこちゃん」シリーズ。

ママと公園に遊びにきたにこちゃん。夕方になって、ママに「そろそろかえろう」と言われますが……。すべり台に夢中のにこちゃんは、「まだかえらな一い! すべりだいもういっかい!」といつまでもたっても帰りがりません……。イヤイヤ期定番の”帰りたくない!”が炸裂する1冊。この他にも、「やだもん やだもん にこちゃんや〜〜」、「やるもん やるもん にこちゃんがやる!」「おにのこにこちゃん かーしーて!ぱんすかぷん!」など イヤイヤ期って大変だけど、クスツと笑ってしまうおもしろい絵本ばかりです。



『おにのパンツ』

構成・絵：鈴木 博子 出版社：ひさかたチャイルド(¥ 1,100)

「♪おにのパンツはいいパンツ つよいぞ つよいぞー…♪」

大人気の歌『おにのパンツ』の絵本。赤鬼と青鬼が歌詞と同じように、元気いっぱい「おにのパンツ」を自慢してかわいい動物達にはくことをすすめます(笑)。背表紙に楽譜もついているので、子どもの頃に歌ったことのあるパパやママと一緒に絵本を読みながら楽しく歌ってみましょう!



地域子育て支援センターとは…

*親子で触れあい遊びを楽しみ、育児不安等の悩みを気軽に相談できる、親子ともリフレッシュできる、乳幼児親子参加型の「つどいの広場」です。友達をたくさん作り、子育ての楽しさ、苦しさを共有し、お互いに育ちあう喜びを実感しましょう。

【育児相談日】

2月2日(月)

臨床心理士 片木先生

2月4日(水)、2月18日(水)

小児科医 田中先生

月曜日から金曜日 10時～15時まで、支援センタースタッフが、電話、面談相談を行っています。

また、遊びに来られた時にも、子どもさんの気になることなどあれば、気軽にお話を聞かせてくださいね♪



府中ひかり保育園地域子育て支援センター

電話：082-282-9393 メール: tan-popo@fuchu-hikari.jp



(令和8年2月発行)