

サロンのおたより

Accea

一番寒い季節が少しずつ過ぎようとしています。

暦のうえでは、節分（旧正月）が過ぎ新しい年の始まりです。

陽が伸びて暖かい日もありますが、雪が散らつき寒い日も続いています。

春が待ちどおしいですね。

2010年 Vol. 4

有明教育芸術短期大学

子ども教育実践総合センター

親子サロン 発行

〒135-0063 江東区有明 2-9-2

03-5579-6211 (代)

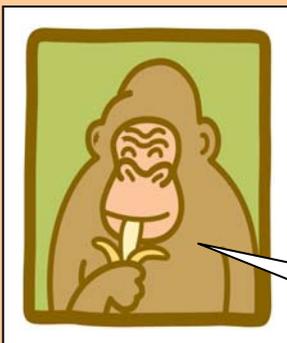
1月のサロンのようす



節分の日の製作
鬼のお面づくりと
鬼退治をしました！！
“子どもは風の子、元気な子”

子どものおやつのカロリーは？

おやつは1日に必要な栄養量を、三度の食事で摂りきれないためにとるものです。一日のエネルギー所要量の10~20%をおやつで摂ります。



☆おやつ回数
2歳まで …1日2回
2歳以上 …1日1回

☆1日のエネルギー所要量
1~2歳 1200kcal
3~5歳 1500kcal

おやつは、おいしいけど…
たべすぎないようにね！

秋から冬にかけて食欲も増してきます。

親子で適度な運動を、心がけましょう。春はすぐそこです。

あんなあそび・こんなあそびコーナー

寒い日の室内遊びにいかがですか？

感触が気持ちい~

低年齢児の造形あそびは、手や指をたくさん使って、ザラザラ、ポツポツ、モコモコ…。いろいろな感触を体験し、作る過程を楽しむことが大切です。

子どもの大好きな粘土は、むぎゅう〜と握ったり、ふたつがひとつになったり、形と感触が楽しめます。小麦粉粘土は、市販のものよりも柔らかく、安全性の面でも小さな子どもにぴったりで。

◎用意するもの・あそびかた

小麦粉 水(粉2:水1の割合) 食用油

食紅(色づけ用) 塩(少し日持ちします)

①少量の油を入れた粉に少しずつ水を加えて年度を作る。触って、サラサラ→ドロドロ→ベトベト→ムニムニを楽しむ。

②粘土ができれば、こねたりちぎったり自由に遊ぶ。

*ストロー、マカロニなどを用意しておく、跡をつけたり飾りにしたり、あそびが広がりますよ。

*たくさん作ってもタッパーやラップでしっかり密封すれば、冷凍保存も大丈夫です



おにいさん先生とおねえさん先生 登場

2月から、親子サロンに学生が参加することになりました。普段の学校の勉強もがんばり、そして「ぜひ親子サロンに参加したい!!」と積極的な学生ばかりです。

子育ての話など、学生たちはとても関心を持っています。参加者の皆様から、学生たちに少し話をしてくださればと思います。きっと授業の何倍も「ふーん、そうなのか!」と学生は色々思うに違いありません。至らないところもたくさんあると思いますが、どうぞよろしくお願ひいたします。

