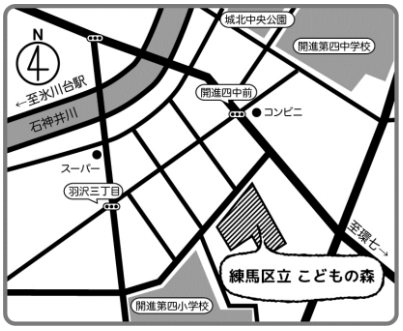
令和３年７月 夏号 NO.２６　発行：JV PLAYTANK

ちびもり通信

０・１・２・３さい

練馬区立こどもの森
3月～9月9:00～17:00
10月～2月9:00～16:30
※年末年始12/29～1/3閉園

ちびもりタイム
火・水・木・金曜日
10:00～13:30
※開催時間は目安です。
いつでも出入りできます。



練馬区羽沢2-32-7（開進第四小学校ならび）

０才でも大丈夫！

ちびもりタイムにおいでよ！

火・水・木・金
10:00～13:30

「ちびもりタイム」は
小学校がある平日に開催している
“乳幼児親子が集まる時間”です。

リズムあそび
10:00～10:15

みんなで一緒にウォーミングアップ！親子のふれあい遊びも紹介するよ。

自由にあそぶ
10:15～

子どもの発見を「いいね！」と見守るだけで、どんどん遊ぶ♪楽しいが膨らむ♪
お友達や自然との出会いで子ども達の世界は広がるね。

お昼ごはん

「外だと普段より食べる！」
お空の下でのんびり
食べよう♪

自由にあそぶ
～13:30
まだまだ遊べるお友達は
小学生と一緒に
あそぼっ！

『どうやって遊べばいいの？』『まだ外あそびは早いかな？』という人も大丈夫♪
スタッフが一緒に遊んだり話したりしながら、大人も子どもも笑顔になる
心地よい過ごし方をサポートをします。はじめてさん、赤ちゃんも大歓迎！

冷蔵庫と電子レンジの利用ができるようになりました！これからの暑い日でも安心して昼食が食べられます。

※コロナ対策についてはHP等をご確認ください。

ちびもりイベント情報

こどもり はじめてツアー

・7月15日（木）
・9月16日（木）
・10月28日（木）
10：30-11：00
※雨天中止

外あそび初心者の赤ちゃんたち集まれ！おひさまの下で、みんなでおしゃべりしたり、こどもの森をツアー体験も。大人も子どももものびのび過ごそう♪

あつまれ 2・3歳!!

毎週 水曜日
10：15-10：45

毎月テーマにそった遊びを、みんなと楽しもう！はじめましての子も、一緒に笑えばお友達になれるね♪
ふれあい遊びもやるよ。

〈7月〉お水であそぼう

暑くなったらお水だね！いろんな色の水や木の実であわ水もつくれるよ。

〈9月〉色であそぼう

どんな色が好き？色を混ぜたり、草やお花から色水を作ってみよう！

〈10月〉土であそぼう

大きな穴や山が作れるかな？ドロドロ粘土でどんな形をつくろうかな？

夏も外あそびをおススメする理由

衣服や持ち物対策、遊ぶ場所の選び方のコツを知れば、熱中症や蚊の心配も軽減されます。木陰に時折吹いてくる風は心地よく涼しいもの。これから毎年やってくる夏。暑さに慣れる身体づくりを、小さな頃からするのが大事です。

赤ちゃんもおいで 木陰で すごそう♪

日焼けを避けて、木陰ですごしてね。濡れタオルで汗を拭くと、快適な上に「あせも」予防になるよ。着替えを持ってきて、帰る前にタライで行水するのもいいね。

こまめな水分補給と日陰での定期的な休憩は必要！汗や頬のほてり具合が目安。

うちわ
扇ぐと、軽い蚊は飛ばされて近づけない！

帽子
ぬらしてかぶると、気持ちいい！？帽子の中に、保冷剤を入れるのもgood！

首を守る
首の後ろにカバー付き帽子は便利。ぬらした手ぬぐいや保冷剤を首にまくと、体温の上昇を防げます。

肌を隠す
肌が日に当たらない方が体力を消耗せず、蚊や日焼けからも守られます。薄くて風の通す素材がオススメ。

水に触れる遊び
ぬれた肌が乾く時、気化熱として熱が逃げていくので、暑い日の水あそびは理にかなってる！

木陰＆土の上
アスファルトの上は猛暑でも、木立の中なら10度以上温度が違うことも！

こどもり はじめて Q&A

Q１　何をもっていけばいい？

□着替え(2,3セット)　□タオル　□飲み物
□ビニール袋（拾った物や汚れた服入れ）

以下は、**あるといいもの**
□昼ごはん(おにぎり等でOK)　□暑い日の帽子
□夏のうちわ(蚊よけ)　□冬のカイロ(大人用)

Q２　赤ちゃんでもあそべる？

幼い子の五感センサーは高機能です。ネンネの赤ちゃんが木漏れ日を嬉しそうに見ていたり、抱っこされながら虫の羽音に耳を澄ましたり。他の子どもの様子を、ジーっと見ている表情は真剣そのもの！そして小学生のアイドルになる？！

Q３　汚れるのが心配です・・・

「外遊びはリサイクル品で」「この服なら汚れてもOK」などと決めると、気持ちが楽です。洗濯が億劫な人は「砂場着」がおススメ。最後はバケツでさぶざぶと泥を洗い落として帰ると洗濯が楽ちんです。

Q４　あそび道具は必要？

なくてもOK！バケツやシャベル、虫網や木材等あそび道具は自由に使えます。使い終わったら洗って棚に戻してください。

みなさんへお願い

・入口の「受付シート」に記入してから遊んで下さい。
・スタッフが撮影した写真を、HP等で紹介させて頂く事があります。不可の方はお声掛け下さい。
・ごみはお持ち帰りください。

コロナ対策について

■低年齢の子を除きマスクの着用をお願い致します。
■検温してからご参加下さい。(忘れた方は受付で検温します)
■体調がすぐれない場合はご遠慮下さい。
■遊び道具を使ったら、他の子に貸す前に、洗って戻してください。
■混雑緩和のため、100人を超えている状況になった場合、HPに掲載いたします。
HPをご覧になってからの来園をお願い致します。

お知らせやあそびの様子など更新中！！みてね！

こどもの森HP

こどもの森 インスタグラム