

ねっこ龍ヶ崎 つうしん Vol.137

2023年度
春号

まつやま保育園グループ

子育て支援センター ねっこ龍ヶ崎

<https://www.yamayurikai.or.jp/nekko/>

ねっこ龍ヶ崎

検索

はじめてさんも、リピーターさんも大歓迎！

イベント詳細・お申し込みは Web ヘアアクセス▶



育児相談もできます
お気軽に
お問い合わせ
ください

いよいよ2023年度がスタート！！今年度もお子さんと保護者の方が楽しめる活動を行っていきます。活動以外にも子育てのお悩み相談ができたり、園児との交流ができたりと気軽に遊びに来られる場所を作っていきたいと思います。スタッフ一同お待ちしております♪

ねっこ担当 ～遊びにきてね、待ってます！～

まつやま中央保育園



まつやま大宮保育園



小・中学生の母です。
伝える言葉を大切にしながら、仕事・子育て頑張っています。
子育て支援ねっこで、お待ちしております♪

今年度より子育て支援担当となりました。
子育ての大変さ・成長の喜び・嬉しいエピソードを沢山共有出来たらと思います♪お待ちしております！

園庭開放

毎日行っています♪
予約は不要です。
園児と一緒に、広い園庭でめいっぱい遊びましょう！

【保育士とあそぼう】

第1金曜日 中央保育園

第2火曜日 大宮保育園

9：30～11：30 出入り自由



園のランチレシピ紹介♪ 春キャベツと桜えび炒め

＜材料＞ ※4人分
キャベツ 3枚
干しエビ 3. 2g
みじん切り生姜 2片
油 小1強
食塩 小1
こしょう 少々



※写真はイメージです

＜作り方＞
①フライパンに油と生姜を入れ、香りが出るように炒める
②①にキャベツを加え炒め、さらに桜えびを加え炒める
③塩・こしょうで味を整えて出来上がり！

レスト・らん紹介♪

園児もたべている自慢の手作りランチ。旬の食材を使い、冷凍食品・加工食品・化学調味料は極力使用せず、さらにグルテンフリー。
素材の味を活かした自然な味わいの食を提供しています。
大人300円・子ども200円



離乳食（後期）、アレルギー食もご用意可能です。
離乳食スタートしはじめのお子さんは持参いただき、お母さまのみや、幼稚園に通っているお子さんも参加できます♪



◎レスト・らん (要予約)

オーガニックにこだわった、園のランチをお召し上がり頂けます。

■時間 月～金 11:45～13:00 (183名限定)

■場所 まつやま中央保育園・まつやま大宮保育園

【料金】親子で500円

【持ち物】エプロン

◎園庭・室内開放

裸足で遊べる園庭で泥んこ遊び！楽しいですよ！
木製玩具のある室内でも遊ぶことができます。

■時間 月～金 9:00～13:00

15:00～16:00

■場所 まつやま中央保育園・まつやま大宮保育園

ねっこ龍ヶ崎運営園の紹介

フェイスブック、インスタで園の生活の様子を発信しています f @

まつやま中央保育園

〒301-0814 龍ヶ崎市高砂 6691-1

(龍ヶ崎西小学校近く)

☎ 0297-62-2234

✉ nekko-ryu@yamayurikai.or.jp



まつやま大宮保育園

〒301-0816 龍ヶ崎市大徳町 4921

(龍ヶ崎大宮小学校近く)

☎ 0297-85-5062

✉ nekko-oh@yamayurikai.or.jp





リズム＆スポーツあそび(毎月)



マタニティ整体(偶数月)



ベビーマッサージ(奇数月)



大宮カフェ(5月から2月)



まつやまルシェ(5月)



絵本の世界へ(5・8・1月)



プチセミナー(6・11月)



多肉植物(11月)



ねっこうんどうかい(1月)



夜寝るのが遅くなってしまった翌日・・・

生活リズムは「早起き」でリセット!!

起床後太陽の光を浴びてから
15～16時間後

メラトニン(睡眠ホルモン)が
分泌され、眠気が生じるメカニズム!



ぼーっとする姿が
あったり

保育園の子どもたちの様子を
みているとこんな姿が見られます

イライラする姿が...

このままではどんどん生活リズム
が乱れてしまいます!!

だから!

夜更かししても6時に起きて
体内時計をリセットしよう!

お問い合わせ先

まつやま保育園グループ

子育て支援センター ねっこ龍ヶ崎

<https://www.yamayurikai.or.jp/nekko/>

ねっこ龍ヶ崎

検索

お問い合わせ・
お申し込みは
Webへアクセス



イベント情報をお届けします

LINE@

ねっこ龍ヶ崎 × LINE@
友だち募集中

