

(発行 佐久市子育て支援拠点施設「つどいの広場」)

つどいの広場通信

子育て情報 No.13 平成28年12月19日発行



佐久市内つどいの広場

- サングリモ中込 TEL63-3794
- あさしな保育園内 TEL51-5005
- 協和保育園内 TEL53-2533
- イオンモール佐久平(2階フードコート隣)
- うすだ健康館2階 TEL81-1150

あちこちで、イルミネーションが見られるようになりました。輝きは夢ある世界に引き込まれますね。「わー!」「きれいだねー!」という大人の感動がお子さんにも伝わり、一緒に楽しめることでしょう。暦では、年末から年始と慌ただしく過ぎていきますがお子さんに負担がかからないように配慮していきましょう。

「牛乳嫌いで困っています。」～お母さんたちの会話から～

「牛乳嫌いで困っています。」「うちの子もそうですよ」
「栄養あるから飲ませたいと思っているんだけど」「カルシウム取れないと困るしね・・・」
「豆乳にしています」「ミルクなど入れて、味を変えています。」「料理に使っています」
「カルシウムは子魚で」「ヨーグルトやチーズを食べるようにしています」
・・・お母さん一生懸命工夫していますね。



* 牛乳は7ヶ月頃から離乳食の料理用に使い始めます。牛乳として飲み始めるのは1歳を過ぎてからです。最初は温かく、コップで少しずつから始めましょう。母乳、ミルクから牛乳に移行し1日200cc飲めるようにしましょう。

* 牛乳は栄養豊富ですし、最適な飲み物とされています。飲まなかったら大きくなるか? 栄養不足? 大変心配な所です。でも栄養は牛乳からしか取れないわけではありません。いろいろ工夫して飲めるようにすることは大切ですが、どうしても飲まなくてはいけないという強制は望ましくありません。保育園や小学校での給食を心配される方もいると思いますが、その時は施設側と相談してみてください。友だちの姿を見て少しずつ飲めるようになった子もいます。



・・・ 子どもの情緒の育ち ・・・

【いやいや期ってどんな時期】

いやいや期はとても大切な自己主張と自立の始まりです。お母さんと一体感から個として分離していく過程で「自分は強いんだ、何でもできるんだ」の気持ちが壊されたり、反することや傷つけられることがあると、「いやいや」や「かんしゃく」を起こす行動になります。

大切な時期と言ってもお母さんにとっては大変。毎日続くとイライラしたり、放り出したくなることもあると思います。子どもを責めたり、自分の育児を非難する必要はありません。時間に余裕をもって接したり「いやいや」を楽しむおらかな気持ちで、お子さんの心の成長に付き合ってください。お母さん自身ストレスになったら、つどいの広場やサロンのスタッフに話してストレスをためないようにしましょう。

* つどいの広場など集団の場では、子ども、親、スタッフとのかかわりがもてます。その中でいろんな経験ができますね。困ったことがありましたらいつでもスタッフに声をかけてください。

♡12月にはアンケートのご協力ありがとうございました。♡

1月の子育て情報 育児講座



・絵本のはなし ～絵本とは～

あさしなつどいの広場: 1月11日(水)

講師: 中央図書館職員

・子どもの食事

サングリモつどいの広場: 1月20日(金)

協和保育園内さくらんぼ広場: 1月25日(水)

講師: 子育て支援課三石栄養士

・骨盤底うるおい体操

うすだ健康館つどいの広場: 1月18日(水)

講師: 結城助産師

・1月のわくわくランドU-6の出張広場

日時: 1月14日(土) 10時～正午 13時～16時

場所: 市民交流センター 3階和室

* わくわくランドU-6は12月28日から1月9日までお休みです。

・子育てサロンで育児講座「大事な歯のはなし」があります。(3か所のサロン)

歯の大切さの話を聞き一緒に考えてみましょう

講師: 口腔歯科センター歯科衛生士

1月<つどいの広場・サロン>予定と子育て情報

- ㊟ サングリモ中込 (木・日祭日休館) 佐久市中込1-19-2 サングリモ中込2階
子育てコーディネータは月・火・水・土・日曜日の10時～3時(日曜日は相談のみ)にいます。
- ㊟ あさしな保育園 (火・木・土・日祭日休館) 佐久市御馬寄715-1
- ㊟ 協和保育園 (土・日祭日休館) 佐久市協和5229
- ㊟ わくわくランドU-6 (月・火・水開催) イオンモール佐久平2階フードコート隣
- ㊟ うすだつどいの広場 (火・土・日祭日休館) 佐久市臼田2157-1 うすだ健康館2階

※各つどいの広場・子育てサロン会場で育児相談も行っています。

月	火	水	木	金	土	日
						1 → 休館
2 振替休日	3 → 休館	4	5	6	7	8 子育てコーディネーターによる 相談業務のみ
9 成人の日	10	11 ㊟ 絵本のお話	12 サロン城山児 歯の育児講座	13	14 U-6 出張広場開催	15
16 サロン小田井 歯の育児講座	17	18 ㊟ 骨盤底 うるおい体操	19	20 ㊟ 子どもの食事	21	22
23 / 30	24 / 31	25 ㊟ 子どもの食事 サロン田口児 歯の育児講座	26	27	28	29 ↓

* 12月29日(木)～1月3日(火)まで各つどいの広場は休館になります。

* 各育児講座は10時30分～です。

* 午前中開放の児童館は、佐久平浅間、岩村田、野沢、泉、平根児童館が利用できます。

利用時間は10時～正午です。親子で自由に遊んでください。小学校が休みの日は利用できません。

* 1月の子育てサロンの活動は、歯科育児講座の他は絵本の読み聞かせなどの予定です。

* 子育てサロンやつどいの広場で駐車場がいっぱい場合は、他に駐車場をお借りしてあります。

ご不便をおかけしますが、スタッフの誘導で駐車願います。

