

つどいの広場通信

子育て情報 No.22 平成29年 9月20 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
- もちづき保育園内 TEL54-8387
- 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

トンボが飛び交い、夜には虫たちの合唱がにぎやかに聞こえるようになりました。お子さんと一緒に身近な秋の自然の中で、涼しい風を受け、秋の実り、青い空、草花など自然の変化に目をやり、ホッと一息してみてもいいでしょう。

育児講座「乳幼児とメディア」より -その2-

*ビデオ・テレビ・スマホに頼らない五感を使った生活の中で、親子が同じものに向き合っていて過ごす絵本の読み聞かせは、親子が共に育つ大切な時間です。言葉は愛情という栄養です。また、豊かな母国語を育てるのに、絵本が一番良いといわれます。子ども達には、美しい日本語の肉声で沢山語りかけてあげたいですね。

「人」は「人」に育てられないと「人」になれません。赤ちゃんは周りの大人に語りかけられ、歌いかけられ、笑いかけられ、あやされて育ちます。「人」と関わりながら「人」になっていくのです。

テレビやビデオは親にとっては便利な機器ですが、便利な方にばかり目を向けるのではなく、それによる弊害や失われるものにも目を向けたいですね。お子さんの健やかな成長と親子の時間を大切にしていきたいです。



子育てのワンポイント

その時期にやれることをたっぷりと (その2)

はいはいする頃にはそのはいはいをしっかりさせて、腕や首や胸の筋肉を鍛えておきます。膝を立てて四足歩行になったら、それもたっぷりさせて、足腰や背骨を鍛えておきます。そうすれば立ったり歩いたりするようになってからも、人間が二足歩行になってからの弱点をかなりカバーできるはずですよ。成長の芽を伸ばしてあげるような関わりを親子で楽しめるふれあい遊びの紹介を前回に引き続きご紹介します。(月齢はあくまでも目安です)

お子さんの運動発達の芽を伸ばそう！楽しくふれ合い親子体操 0ヶ月～6ヶ月

(前回の子育て通信No21には見る聞く力・首の力について載せましたが、その続きです。)

—赤ちゃん手帳17～18ページに絵入りで載っておりますので参考にしてください—

☆うつぶせの力をつけます

・うつぶせ抱っこ(あおむけの親の上に赤ちゃんをうつぶせで寝かせ抱っこします。顔を見合わせながらうつぶせに慣らしていきます。)

・うつぶせ遊び(うつぶせに寝かせた赤ちゃんの両手をつなぐか、両肩を抑えながら、両手を前に出します。親も腹ばいになり顔を見合わせながら話しかけます。両脇の下にロール状のタオルを置くと頭が上がりやすくなります。)

☆脚を持ち上げる力をつけます

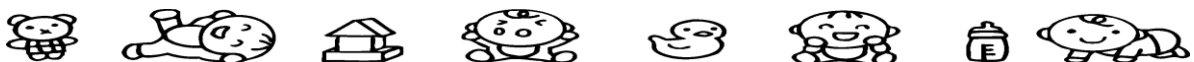
・脚の体操(赤ちゃんをあおむけに寝かせ、両脚を持ち、両脚一緒に、または交互に赤ちゃんの顔に近づけます。)

・脚のくすぐり(赤ちゃんの片脚を持ち上げて、足の裏をくすぐります。機嫌が良いと、もう片脚が持ち上がってきます。)

☆寝返りする力をつけます

・横向き遊び(赤ちゃんを横向きで寝かせます。親も横向きで寝て、顔を見合わせながら横向きに慣らしていきます。)

・寝返り遊び(赤ちゃんを横向きからうつぶせにします。下の手を前に出しながら、お尻を押さえ、自ら頭を起こしてくれるのを待ちます。)



10月の子育て情報 育児講座



* こそだてトーク

サングリモつどいの広場: 10月3日(火)
 うすだつどいの広場: 10月6日(金)
 わくわくランドU-6: 10月11日(水)

講師: つどい担当者

* ベビーダンス

あさしな保育園内つどいの広場: 10月13日(金)

講師: 佐藤志穂先生

* 人形劇

もちづき保育園つどいの広場: 10月18日(水)

講師: おはなしかーすけどん

* おっぱい・ミルク卒乳 一番悩みの多い過程ですね。お話を聞いて参考にしてください。

サングリモつどいの広場: 10月24日(火)

講師: 助産師 結城万亀先生

もちづき保育園つどいの広場: 10月26日(木)

☆子育てサロン * 音楽あそび・・・親子で音楽を聴きながら、楽しく体をうごかしましょう。

青沼児童館: 10月17日(火) 講師: 武者知子先生

* 歯科指導・・・歯の大切さの話を聞き一緒に考えましょう。 講師: 歯科衛生士

泉児童館: 10月4日(水) ・ 平根児童館: 10月23日(月) ・ 岩村田児童館: 10月27日(金)

* 交通安全講話・・・お子さんを交通事故から守るため気を付けることを学びましょう。

田口児童館: 10月24日(火) 講師: 交通安全教育支援センター職員

10月《つどいの広場・サロン》予定と子育て情報

④ サングリモ中込 (月・火・水・金・土開催・祝日除く) 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・金・土・日曜日の10時～3時(日曜日は相談のみ)にいます。

② あさしな保育園 (月・水・金開催・祝日除く) 佐久市御馬寄715-1

③ もちづき保育園 (月・火・水・木開催・祝日除く) 佐久市協和7430-1

① わくわくランドU-6 (月・火・水開催・祝日除く) イオンモール佐久平2階フードコート隣

⑤ うすだつどいの広場 (月・水・木・金開催・祝日除く) 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。

日	月	火	水	木	金	土
1 <small>子育てコーディネータによる相談業務のみ</small>	2	3 ④ 子育てトーク	4 サロン泉児 歯科指導	5	6 ⑤ 子育てトーク	7
8	9 体育の日	10	11 ① 子育てトーク	12	13 ② ベビーダンス	14
15	16	17 サロン青沼児 音楽あそび	18 ③ 人形劇	19	20	21
22	23 サロン平根児 歯科指導	24 ④ おっぱいミルク卒乳 サロン田口児交通 安全講話	25	26 ③ おっぱい ミルク卒乳	27 サロン岩村田児 歯科指導	28
29	30	31				

* 各育児講座は10時30分開催です。早目にお出かけください。

* 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。

* 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。

