

# つどいの広場通信

佐久市内つどいの広場

子育て情報 No.36 平成30年11月16日発行

- 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



だんだん寒くなり、暖かな日差しが恋しくなる季節ですね。陽だまりの中で自然に触れ合ったり、家の中ではテレビを消して、お母さんに抱っこして絵本を読んでもらうのもいいですね。素敵な時間を共有してください。

## 育児講座「わらべうたあそび」より

親子で目と目を合わせ、手と手を重ね、いろいろなわらべうたを先生から教えていただきました。絵本や歌遊びもしていただき、あったかい触れ合いの時間が持てました。道具もCD等もいらない、おかあさんの笑顔とやさしい声があれば、親子でわらべうた遊びを楽しめます。あふれるメディアから一時離れ、親子の触れ合う時間を持ってみましょう。

一本橋、こちょこちょ・・・お子さんの手のひらにお母さんの指を1本立て歌に合わせてやってみましょう。



いっぽんばし こーちょこちょ たたいて つねって(手のひらから腕に移る) かいだんのぼって すーべって(繰り返し)かいだんのぼって こちょこちょ(体をくすぐる)

## 冬を元気に！

寒さ到来とともに、風邪やインフルエンザの時期がやってきます。元気に乗り切りたいですね。体の調子が悪いときは、人混みを避けゆっくり過ごすことがいいですね。つどいの広場等の利用は集団発生や流行を防ぐため体調が回復するまでは利用を控えていただき、うつらない、うつさないのご理解をお願いいたします。



## 子どものあそび

### 3～4か月頃

この頃の赤ちゃんにとっては、自分の手も興味あるものの一つです。

首がすわったら、身体を大きく動かす遊びをととても喜びます。

・起き上がりこぼし、ガラガラなど音のする玩具

・体にさわりながら遊ぶ。(わらべうた「ちょちょあわわ」「かいぐりかいぐり」など。)



### 8～10か月頃

体つきもしっかりしてくるので、大胆に体を使って遊ばせましょう。

大人にはいたずらに見えても、赤ちゃんには大切な遊びです。また、ものまねは、成長していくうえで大切な遊びです。

・抱っこしたまま「たかいたかい」と持ち上げたり、横抱きにしてゆらゆら揺する。  
・赤ちゃんの脇の下から抱き上げて赤ちゃんの足をぶらぶらさせる「振り子時計ごっこ」など。

### 5～7か月頃

「いないいないバア—」などの遊びを喜びます。

ハンモックのような遊びも喜びます。大人が二人で毛布の四隅を持ち、子どもを乗せて静かにゆすってあげましょう。



### 1歳の頃

音楽やリズムに合わせて体を動かすようになります。

\* 好奇心が盛んになるころです。色々な物に興味を示し、何でも体を使って試そうとします。危険でないかぎりはお子さんの自由に遊ばせてあげましょう。

## 12月の子育て情報 育児講座



### \*クリスマス会 みんなでクリスマスを楽しみましょう。

- あさしな保育園つどいの広場 : 12月 5日(水)
- もちづき保育園つどいの広場 : 12月10日(月)
- うすだ健康館 : 12月14日(金)
- サングリモ中込 : 12月18日(火)
- わくわくランドU-6 : 12月17日(月)

ライア演奏: 篠原ひろみ先生

♪ライア演奏がありますよ。おたのしみに♪ (わくわくU-6では演奏はありません)



### ☆子育てサロン

各子育てサロンの会場でクリスマス飾りを親子で作ります。(一親子一回)  
 今年はどんな飾りができるでしょうか? 家に持ち帰って飾ってください。

都合の良い日の会場にお出かけください。

11月には食育があり、おにぎりとお煮こじの試食がありました。

おにぎりの中にはホーレン草、卵、そばろが入っていました。お煮こじには大根、じゃがいも、高野豆腐等が入り栄養満点でとてもおいしかったです。根野菜のおいしい時期です。皆さんも作ってみましょう。



## 12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~15時(日曜日は相談のみ)にいます。
- ⑤ あさしな保育園 (月・水・金開催・祝日除く) 佐久市御馬寄715-1
- ⑥ もちづき保育園 (月・火・水・木開催・祝日除く) 佐久市協和7430-1
- ⑦ 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
- ⑧ 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
2 子育てコーディネーターによる 相談業務のみ	3	4	5 ⑤ クリスマス会	6	7	8
9	10 ⑥ クリスマス会	11	12	13	14 ⑧ クリスマス会	15
16	17 ⑦ クリスマス会	18 ④ クリスマス会	19	20	21	22
23 天皇誕生日	24	25	26	27	28	29
年末休み 30	年末休み 31					年末休み

\* 12月29日(土)から1月3日(木)まで各つどいの広場は年末年始休みで休館になります。

\* 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。

