



げんきだより

令和4年10月3日発行 子育て支援センター 文責 加藤 弥生



きゅうり収穫



日に日に朝晩の温度差が感じられるようになりました。9月は暖かい日も多く園庭で遊んだり親子運動会とスポーツの秋を楽しむことができました。1日の気温差や空気の乾燥などにより、風邪をひきやすい季節となります。厚着をすると汗をかき、薄着だと寒い…洋服選びにも気を使いますね。1枚羽織るものがあると便利です。

『秋』という季節は、子ども達にとっては宝物を沢山見つけられる季節です。空気が澄んで空は高く感じられ、周りの木々も色付き、沢山の木の実がなります。秋の自然を満喫できるよう、体調管理を心がけていきたいですね。



9月の様子

トランポリンの日



跳べるようになったよ

疲れたあ～



赤ちゃんの日



マッサージ後。好きなおもちゃゲット!

落ち着くう～



2人で力を合わせて！お城完成！！



今月の予定

日	月	火	水	木	金	土
						1
2 休日一時保育	3 げんきだより発行	4	5 未就園児園開放 9:30～11:00	6	7 赤ちゃんの日 10:00～11:30 ※午前中は広場の利用ができません	8
9 休日一時保育	10 スポーツの日 休日一時保育	11 トランポリンの日 11:00～11:45 13:30～14:30	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26 10月生まれの誕生会 10:00～11:00	27	28 未就園児園開放 9:30～11:00	29
30	31 ハロウィン 10:00～11:00 はじめましての日 ※1日、広場の利用ができません					

～ハロウィンのお知らせ～

※10月31日(月)にハロウィンごっこを楽しみたいと思います。お子さんは仮装してきて良いです。こども園の廊下や職員室などを探検して楽しめるように計画中です。

※ 定員 8組 申し込み締め切りは10月14日(金)までです。
※ 持ち物…エコバック



子育て応援コーナー

最近広場には、6ヶ月から1歳半ぐらいのお子さんが多く遊びに来ています。そこで今回は「生活の流れ～1歳を過ぎたら」を紹介します。(子育て応援ブックより)

☆午前中はおひさまの下でいっぱい遊ぼう！

必要な家事を済ませたら、眠くなる前に散歩に出かけましょう。家を一步出たところから散歩はもう始まっています。公園に行かなくても、近所をぐるりと大回りするのも楽しいです。帽子は忘れずに。濡れおしぼりと水筒、ビニール袋もあれば安心です。帰ってきたら、泥だらけの服を玄関で脱いで、洗面所に直行して着替えや手洗いを済ませ、終わったら**昼ご飯**。帰り道に眠った場合は、昼寝から起きたら**昼ご飯**。



☆昼食後は絵本を1冊持って親子で布団にごろん！

昼食の後は親子で布団へ直行。寝ながら絵本を1冊読んだら昼寝。子どもの脳は、昼寝をすることでリセットされるそうです。抱きしめて、額や背中、お尻を撫ぜ、親は寝たふり。子どもと一緒に昼寝して活力を蓄えるのもよし、起きて自分の時間とするのもよし！

☆昼寝から目覚めたら！

15時までに目覚めると夜の眠りに響かないそうです。子どもが自然に眠りから覚めることが大切なので、起こすより、生活音や空気の入替えて自分から目覚めるように。すっきり目覚めたらおむつ交換、またはトイレで排泄。手洗いをして水分補給と夕飯に響かないおやつ。ごちそうさまの後は、好きな遊びを楽しむ。散歩を兼ねて買い物に出かけ、子どものペースでのんびり散歩のあと「1番おいしそうなお菓子はどれかな？」など買うものを一緒に選んでもらいましょう。

☆食事は親も着席して子どもと一緒に食べよう！

今夜の入浴は誰が担当？パパや他の家族は何時に帰宅？子どもの眠気や機嫌を見ながら就寝までの流れを考えましょう。入浴前にバスタオルやパジャマをセットするとスムーズ。

食事は3食とも親も着席して子どもと一緒に食べましょう！

ママやパパがおいしそうに食べる姿を見て子どもも食が進み、上手な食べ方を学びます。子どもの食事の集中力は20分ほど。子どもが手づかみやスプーンを使って食べている間に大人ももくもく食し、時々食べやすいように集めてあげましょう。遊びだしたら「ごちそうさま」をして切り上げましょう。

★新型コロナウイルス感染防止の為、行事については申し込みが必要です。子育て支援センターまでご連絡下さい。

★1日を通して広場開放は自由としますが、1回8組とし、人数が多い場合は、1時間とします。ご理解・ご協力をお願いいたします。

※育児相談は、随時受け付けております。

鹿追町子育て支援センター

〒081-0216

鹿追町鹿追北2線8番地

TEL 0156 (66) 1165

FAX 0156 (66) 2167