



度会町子育て支援センター情報誌

わたっこ通信 3月号

令和8年2月16日発行

時折、冷たい風が吹くこともありますが、春はすぐ近くまでできています。公園のウメの木が満開になったら、子どもたちと春のにおいをかぎに出かけたいですね。



3月の行事予定

12日 (木)	遊・友・YOUくらぶ (ひよこ・うさぎ) 10:30~11:30
18日 (水)	わたっこBabyひろば 育児相談 (予約制) 10:30~11:30

3月の行事開催日について



3月は、放課後児童クラブが春休みに施設を利用する関係で、**遊・友・YOUくらぶとわたっこBabyひろばを1週間倒して開催いたします。**お間違えのないよう宜しくお願いいたします。

※子育てに関するご相談がありましたら、お気軽にご相談下さい。  
TEL0596-63-0070【秘密厳守】



3月3日は、ひなまつり

ひなまつりとは、3月3日の桃の節句のことで、女の子の成長をお祝いをする日です。病気をせず元気に過ごせるようお雛様を飾ったり、ひなあられや、ちらし寿司、はまぐりのお吸い物を食べて、お子さんの健やかな成長や幸せを祈ってお祝いします。ひなあられには、春夏秋冬の四季を表す意味があり、1年間健康で過ごせますようにという願いが込められています。ご家族でお子さんの成長をお祝いしましょう。



1月のぴよぴよクラブ (ブックスタート事業) のようす

今年度第3回目のぴよぴよクラブを1月30日に開催しました。生後3か月~6か月の赤ちゃんが対象で、おうちの方に赤ちゃんから絵本を読み聞かせする大切さをお伝えし、親子で出来るふれあい遊びや子育てボランティアによる紙芝居と絵本の読み聞かせを行っています。度会町から絵本のプレゼントがあり、お父さんとお母さんに初めての絵本の読み聞かせをしていただきました。赤ちゃん達は、絵本の絵をじっと見つめて興味を示してくれていました。



今回のプレゼントの絵本

「乳幼児の読書や読み聞かせがもたらす4つの効果」

- ①想像力が豊かになる
- ②コミュニケーションスキルが高くなる
- ③自己肯定感が高くなる
- ④読解力や語彙力が鍛えられる



子どもの感性を伸ばすためには、乳幼児期から読書させることが大切です。年齢に合った内容の絵本を読み聞かせることで、子どもは少しずつ本に馴染み、自然と読書好きになるでしょう。

職員のおすすめ絵本「ちゅうちゅうたこかいな」

あそびうた風のリズムカルな展開が楽しい絵本。数え歌によって壺の中から現れたのは、たこ。たこが歌うたびにさまざまな「な」のつくものが出てきます。読み聞かせで盛り上がること間違いなしの一冊です。わたっこ広場にもありますので、是非読んでみてください。



作・絵 新井洋行 講談社

🍓🐣🐣🌸🍓🍓 1月のわたっこ広場に遊びにきてくれたお友だちです 🍓🍓🐣🐣🌸🍓



1月も寒い中、お友だちが遊びに来てくれておうちの方やお友だちと元気に遊ぶ姿が見られました♡  
お母さんと子ども達の笑顔がとても印象的でした。



# 🌙 早寝 🌟 のためにできること 🌟

- ① まずは早起きから**  
遅く寝てしまっても、翌日は早く起こしましょう。夜も早く眠くなるので、布団に入りやすくなりますよ。
- ② 朝の光でスタート!**  
カーテンを開けて太陽の光を浴びましょう。目覚めが促されて、脳も体も活動を始めます。
- ③ 日中にしっかりあそぶ**  
体を動かしてたくさんあそびましょう。心地よい疲れが夜の眠りを誘います。
- ④ 午睡は15時半までに**  
家で午睡をするときも、遅くても15時半までに終わらせて。夜の眠りに影響します。
- ⑤ おふろはぬるめに**  
熱いおふろは、急激に体温が上がって目がさえてしまいます。お湯はぬるめにするのがポイントです。
- ⑥ 入眠前の習慣づけを**  
毎晩、眠る前に「おやすみの習慣」をつけましょう。絵本を読む、布団に入ってきたらぎゅっと抱きしめるなどすると、眠りやすくなります。



## 1歳でも花粉症になる?

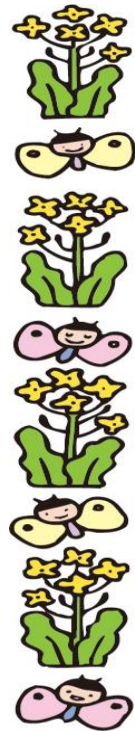
花粉症になるのは小学生ころからと言われていましたが、最近は少ないながらも1歳過ぎでかかる子もいるそうです。小さい子はつらさを言葉で伝えることができないので、気になる症状が見られたら、一度病院の受診をお勧めします。

### 気になる症状



### なってしまったら

- 花粉の飛ぶ時期は、布団を外に干さない
- 部屋に入るときは、花粉の付いた服を着替える
- 外から帰ったら、ぬれたタオルで顔をふく

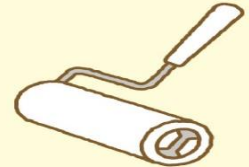


## 家の中に花粉を持ち込まないために

花粉のシーズンは、家の中に入る前に花粉を取り除いて、室内の花粉の量を減らしましょう。

### 粘着テープで花粉掃除

衣類用の粘着テープを玄関に置いておき、服に付いた花粉を取り除きます。洋服をはたくと花粉が碎けて舞い散ってしまうので、気をつけて。



### ツルツル素材の上着がお勧め

フリースやニットは花粉が付きやすい素材。花粉の多い季節に外出するときは、いちばん上に着るのは、花粉が付きにくいナイロンのウィンドブレーカーなどがお勧めです。

