

わたっこ広場の開放について

町子育て支援センターは、未就学児や子育て中の親子（祖父母）と一緒に遊べる場所です。（町外の方も利用していただけます）
玩具や滑り台、絵本コーナーなどを設置しています。是非お越しください。

開放日時：月曜日～金曜日（祝日を除く）9：00～15：00

（12：00～13：00は、職員が休憩に入らせていただきます。）

まだまだ残暑が厳しいですが、朝や夜には、涼しげな秋の風を感じられる季節になりました。暑い夏を乗り越えた分、もうすぐ来る秋に向けて、子ども達とお出かけをする計画を立てたり、美味しい物を食べたいですね。

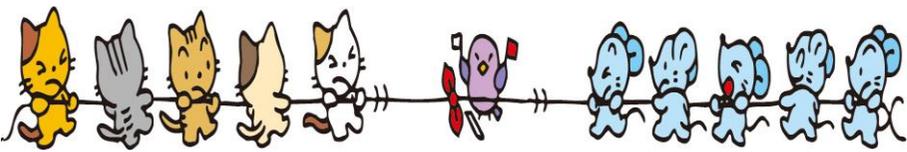


10月の行事予定



9日（水）	子育て支援教室「親子でバレトン！」 10：30～11：30
17日（木）	遊・友・YOUくらぶ（ひよこ・うさぎ） 10：30～11：30
23日（水）	わたっこBabyひろば 育児相談（予約制） 10：30～11：30

※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】



子育て支援教室「親子でバレトン！」

「バレトン」とは、「バレエ・ヨガ・フィットネス」を組み合わせた動きのことで、保護者の方が赤ちゃんを抱っこしながら行うエクササイズです。たくさん良い汗をかいて、親子で思いきりリフレッシュしませんか？

開催日時：10月9日（水）10：30～11：30

対象：1歳3ヶ月頃までのお子さまと保護者（首が座っているお子さま）10組
持ち物、服装：お茶等の飲み物、バスタオルかヨガマット、動きやすい服装、
1歳頃までのお子さまの場合は、抱っこ紐

申込み期間：9月2日（月）～27日（金）

申込み先：町子育て支援センター ☎63-0070



リフレッシュ講座「ヨガ」

心身をリラックスさせ、癒しのひと時をみんなで一緒に感じてみませんか？

開催日時：11月13日（水）10：30～11：30

対象：保育所未入所児の保護者（託児あり）10名
※妊娠中の方は、ご参加いただけません。

持ち物、服装：お茶等の飲み物、バスタオルかヨガマット、動きやすい服装

申込み期間：10月7日（月）～10月31日（木）

申込み先：町子育て支援センター ☎63-0070



 8月のわたっこ広場に遊びにきてくれたお友だちです 



8月も猛暑の中、遊びに来てくれて元気いっぱいの子どもたちでした♡
お母さんやお友だちといっしょに遊んだね♡



親子ともに残暑バテを予防する方法5選！

夏が過ぎても残暑が厳しい日が続くと予想されています。
体調を崩さないように気をつけましょう！

①バランスの整った食事をとる

たんぱく質、炭水化物、脂質、ビタミン、ミネラルをバランスよく摂取できるように心がける

②こまめに水分補給をする

起床時、外出や入浴の前後、寝る前に水や麦茶などを飲む

③屋外と室内の気温差に気をつける

室温は外気温より4～5℃低いくらいを目安に

④十分な睡眠をとる

体が冷えすぎない程度にエアコンを活用する

⑤適度に体を動かす

涼しい時間帯に散歩をするなど心がける



絵本の読み聞かせの効果、大切さやポイントについて



絵本の読み聞かせには、さまざまな効果が期待できます。より効果を高めるためには、絵本選びが大切です。読み聞かせに使う絵本を選ぶ時のポイントをお話します。



①0歳児：ハッキリとした絵の本

0歳児は、視覚で惹きつけるハッキリとした絵の本を選ぶことが大切です。色鮮やかな絵本に触れることで、脳に刺激を与えられます。赤ちゃんは「自分で触ってみたい」「お気に入りのページを開いてみたい」と、手を伸ばすことが多いため、扱いやすいしっかりとした絵本を選ぶと良いでしょう。

②1歳児：リズムの良い絵本

1歳児は、繰り返しが多い絵本が大好きです。動物や果物など、子ども達に親しみのある内容が繰り返される絵本が良いでしょう。また「コロコロ」「どんどん」など、擬音語、擬態語が盛り込まれているリズムの良い絵本を選ぶことで興味関心を惹きつけられます。



③2歳児：生活習慣にまつわる絵本

2歳児は、生活に関する絵本がおすすめです。挨拶やトイレ、歯磨き、お風呂など、絵本から学べるようなものを選ぶと良いでしょう。登場人物が褒められている姿を見ることで「真似してみたい」「自分にもできる」という気持ちを刺激します。

④幼児期：豊かなストーリー性の絵本

幼児期の読み聞かせは、豊かなストーリー性を意識しましょう。大人から見ると「どういう意味？」と感じるような内容でも、子どもはしっかり自分の中で想像力を働かせます。

季節に合わせた絵本を選ぶ

年齢のほか、季節に合わせた絵本を選ぶことも大切です。四季の移り変わりは、言葉では伝えきれません。絵本であれば、鮮やかな色彩やストーリーで春夏秋冬の雰囲気を感じ取れます。

子ども自身に選んでもらう

ときには、子ども自身が選んだ絵本を読み聞かせても良いでしょう。子どもがどんな絵本に興味を持っているか知るだけでなく、自分で選んだものを読んでもらえることにより自己肯定感が高まります。ぜひ、お子さんとの絵本タイムを取り入れましょう。