

【香美町教育委員会 こども教育課】

小代子育て・子育て支援センター通信



2018年6月号

香美町小代区宮中287

小代高齢者生活支援センターいこいの里内

小代子育て・子育て支援センター

☎・FAX97-3377

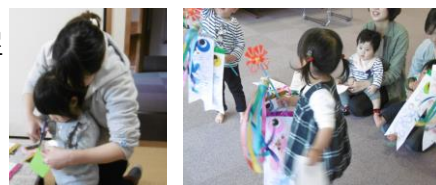
🌐<http://www.town.mikata-kami.lg.jp>

✉ ojiro-kosodate@lily.ocn.ne.jp

ひよこだより

先日『こいのぼり作り』を行いました。子ども達もやる気満々でお母さんと一緒に制作に取り組みました。仕上がったこいのぼりを揺らしながら満足そうな笑顔の子ども達でした。子どものやる気を育てるのはこんなときではないでしょうか？でも、何事も子どもにやらせると時間がかかったり、散らかったり、その上、クオリティの低いものができてしまいます。

子どもはスタンプひとつ押ししたり、シール一枚貼れたことに大満足です。自分がやった！できた！という満足感が自信につながっていきます。子どものやる気スイッチを育てていくには、こんな日々のかかわりが必要なのかもしれませんね。



活動場所：小代子育て・子育て支援センター
活動時間：10時～12時頃まで

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
	5月30日までに申し込み必要 持ち物:裁縫セット・材料代(300円)			持ち物:エプロン・三角巾・タオル・お茶・ 材料代(300円) 歯科衛生士の講話もあります		
3	4 ←トライやる・ウィーク	5	6 シューキーパー作り (父の日プレゼント) メルヘン21号来所	7	8 ママとクッキング 場所:保健センター 甘くないおやつ作り	9
10	11	12	13 柏餅作り 場所:兵庫県立 但馬牧場公園 (新温泉町)	14	15	16
	6月1日までに 申し込み必要!		小代地域局に9時40分に集合していきます 持ち物:お弁当・三角巾・お茶・レジャーシート等、 材料代750円(10個分)			
17	18	19	20	21 お誕生会& 保健師講話 テーマ:睡眠について	22	23
	4月～7月生まれのお誕生会です 事前に手形を押しに来てください			持ち物:母子手帳 希望者は計測してもらえます		
24	25	26	27	28 おすすめスポット作り	29	30
	子育て家族がお出かけするのに 役に立つ情報交換をします					

トライやる・ウィーク

6月4日(月)から8日(金)の間、小代中学校2年生の3名の方がトライやる・ウィークで香美町社協小代支所と小代子育て・子育て支援センターに来ます。あそびに来た時や、活動の時に声をかけて仲良くしてあげてください。





子育てにここにこ☺アドバイス

毎日の子育てが楽しく笑顔で過ごせるように簡単なアドバイスを紹介します。

ぐっすりねむって たのしくたべて たっぷりあそぼう

今月は眠りについてです

「ぐっすり ねむる」ことは、体の発育や心の成長のために欠かせないものであると同時に、体の疲れをとり、気分をリフレッシュさせ、脳の働きを守り、高めてくれます。

睡眠が子どもの脳と体をつくる

子どもは、眠っている間に記憶や学習に必要な脳の情報網をつくります。また、成長に必要なホルモンが眠っている間にたくさん出ます。

はじめの一歩

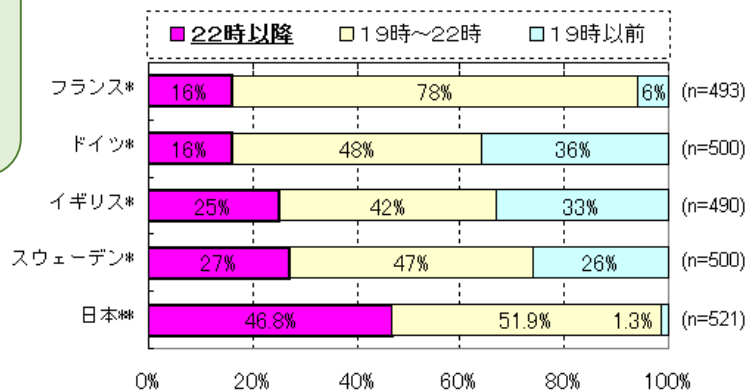
- *「おはよう」といっしょに、カーテンを開けよう
- * 明かりやテレビを消して眠ろう(寝かせよう)

【睡眠時間の目安】

- 1～2歳頃・・・12～13時間
- 3～6歳頃・・・10～12時間
- 7～8歳頃・・・9～10時間

☆睡眠時間は個人によって差があります。あくまでも目安です

<赤ちゃんが寝る時間の国際比較>



* P&G Pampers.com による調査より(2004年3-4月実施、対象0～36か月の子供)

** パンパース赤ちゃん研究所調べ(2004年12月実施、対象0～48ヶ月の子供)

*この資料は子どもの生活習慣づくり行動指標策定委員会・プロジェクトチーム検討会議が作成された【ぐっすりねむって たのしく たべて たっぷり あそぼう】のリーフレットを参考にしています。次号からも少しずつ紹介していきます。

ひよこスイーツ
★チクチクの会

代表: 本上啓子
岡 菜摘



子どものリュックサック作り

日程: 6月20日(水)、26日(火) 10時～12時

講師: 朝倉 美聖さん

材料や持ち物など詳しいことは代表の方から連絡があります。

見本を子育てセンターに置いているので参考にしてください。

