

ひよこだより



♪さざんか さざんか咲いた道～たき火だ たき火だ落ち葉たき～♪親子で歌いながらお散歩するのにいい季節になりましたね。小代では『ゆったりウォーク』『区民作品展』などが開催されます。親子で《スポーツの秋》《芸術の秋》《読書の秋》そして《食欲の秋》を堪能してみたいはいかがですか…。この前メルヘン21が来所してきた時、ある女の子が「あ！絵本屋さんの車が来た!」と言っているのを耳にして、なんてかわいい表現だと心が温くなりました。【本からもらう心の栄養】ステキな言葉ですね。大切なお子さんに、ぜひ家族で読み聞かせをしてあげてください。



場 所：小代子育て・子育て支援センター
時 間：10時～12時頃まで



日	月	火	水	木	金	土
				1 10/30 までに 申し込み必要	2	3 ← 区民 文化の日
4 作品展 時間：9～17時	5 最終日は 15時まで	6 11/5までに 申し込み必要	7 	8 絵本のある子育て 講師：石橋 幸子さん Petata 代表・絵本専門士	9	10
11	12	13 地域ごはん食 ・伝統食推進事業 場所：村岡区中央公民館	14 	15 ひよこの運動会 うんどうかい	16 11/5までに 申し込み必要	17
18	19	20 スイーツの会	21	22	23 勤労感謝 の日	24
25	26	27	28 11/15までに 申し込み必要	29 子育て講演会 講師：児童家庭支援センター リボンアドバイザー	30	

活動名	持ち物など
絵本のある子育て	絵本専門士を講師に迎え、読み聞かせをしていただき絵本の楽しさ大切さをお話していただきます。
地域ごはん食・伝統食推進事業	「日本型食生活」について楽しく学びます 持ち物：エプロン、三角巾、お子さん用のお箸（スプーン・フォーク）・大人用のお箸・お茶
ひよこの運動会	運動会ごっこを楽しみましょう！ 持ち物：参加費（子ども一人）200円
子育て講演会	子育ては楽しいだけではないです…。辛い日もしんどい日もあり悩んだり困ったりすることもあります。一緒に話を聞いてもらいましょう！ 専門の相談員・心理士が参加者のお話を聞いてくださいます。



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。

❖よい生活習慣は子どもに贈る最初のプレゼント❖

ぐっすりねむって たのしくたべて たっぷりあそぼう

今月はあそびについてです

「たっぷりあそぶ」ことは、心も体もいきいきとして のびやかになり、基本的な動作を身につけ運動能力を高め、社会性や感性などいろいろな力を育ててくれます。



五感を使って

子どもは、遊ぶことで五感（見る、聞く、さわる、におう、味わう）が刺激され、いろいろなものをつくり出す創造性や動植物を思いやる気持ちを育てていきます。そして、感性が豊かになります。

また、自然とふれあうことは、五感を刺激するだけでなく、他では得られない発見や、たくさんの驚き、感動につながります。

五感を使うことは、脳によい刺激を与えるので、脳の発達にもよいと言われています。

仲間あそびの機会を

仲間遊びは、お互いのコミュニケーションが前提となります。言葉だけでなく、相手の表情や様子を見る、声を聞く、手や体にふれる、においを嗅ぐなど、五感を十分に働かせて、初めて相手の気持ちや意図がわかると言われています。コミュニケーションの力を高めるためにも、相手を必要とする遊びが大切です。

例えば「鬼ごっこ」は、運動能力だけではなく、ルールを守ったり工夫したりすることで、社会性や創造力を育てます。また、お互いの意思を確認しあったり、小さな子どもも参加できるように配慮したりできるので、思いやりの心も育てられます。



テレビの見すぎ、
ゲームのやり過ぎは、ダメ!

子どもにとって、長時間のテレビやゲームは視覚の刺激が強すぎるなどから、脳に悪い影響を与えられていると言われています。

こんなことも…

- 親子で絵本を読んだり、童謡やわらべ歌を歌ったりしましょう
- 近所の子どもや大人といっしょに遊んでみましょう
- 自然の中へ出かけて遊んでみましょう

*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。
引き続き少しずつ紹介していきます。

スイーツ☆
チクチクの会

代表:本上啓子
岡 菜摘



秋を食べちゃお～

日程：11月20日（火）10時～12時
メニュー：キスの炊き込みご飯・きのこ汁
持ち物：エプロン、お茶、家にある野菜等

