

CONTENTS

- ◆ちょこっとわらべうた
- ◆らーごむ～“ちょうどいい”ってステキ～
「お家の中で運動遊び」
- ◆子育て支援の会
- ◆こどもの救急
- ◆総合子育て支援センターからのお知らせ
 - ・ひろばのお知らせ
 - ・子育て講座のご案内
 - ・講座報告
 - ・お休みのお知らせ

♪ちょこっとわらべうた♪ 『せんぞやまんぞ』



※『福の神がやってくる お舟にのってやってくる
今年もいいことがありますように』というたです

☆あそびかた☆



うたいながら舟がゆれる
ように前後にゆれる



向かい合って両手を持ち
うたいながら前後に引い
たり押したりする

背骨も首もしっかり
してからあそんでね

らーごむ ～“ちょうどいい”ってステキ!～

「お家の中で運動遊び」

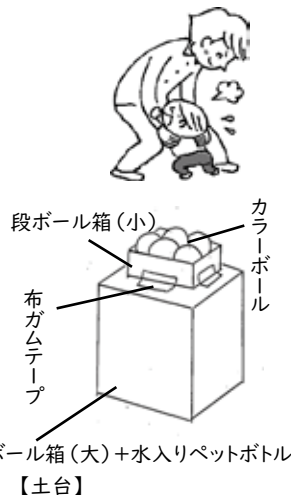
Lagom (らーごむ) は、「ちょうどいい」、「ほどよく心地良い」という意味のスウェーデン語。総合子育て支援センターは、必要以上にがんばることも、手を抜くこともない、みなさんにとって“ちょうどいい”子育てを見つけるお手伝いをします。

寒い時期になると、暖かいお家で過ごす時間が増えると思います。なじみのある歌遊びやおもちゃを使った遊びの中に、立ったり、しゃがんだり、つまんだり、引っ張ったりなどの体の動きを取り入れると、自然に粗大運動や微細運動の発達につながります。今回は、身近にあるものを使ってできる手作りおもちゃの作り方と、子どもの育ちに適した遊び方を紹介します。

おして・ドン

粗大運動

【遊び方】はじめは、土台を押して歩いてみましょう。ボールが出てくることを楽しむようになったら、土台を倒す遊びに展開しましょう。「押す力」が身につきます。



なるほど解説

土台が倒れてボールが出てくることに驚いたりおもしろがったりします。繰り返すことで、遊びに見通しをもち、期待感をもって遊ぶようになります。子どもがやってみようとする姿は、遊びを通して成長していきます。

★用意するもの★

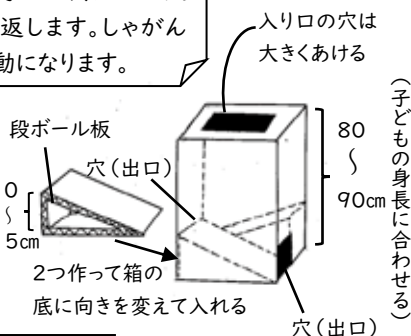
- ・段ボール箱(大1つ・小1つ) ・布ガムテープ
- ・カラーボール ・重り(水を入れたペットボトル2L) 1～2本

- ①段ボール箱(大)の底に重り(水を入れたペットボトル)を入れて固定し、土台を作る。
- ②段ボール箱(小)を土台の上に布ガムテープで固定し、カラーボールを入れる。

どっちむいてホイ!?

粗大運動

【遊び方】ボールを手にとり、入口の穴に入れる遊びを繰り返します。しゃがんだり、立ったりする運動になります。



なるほど解説

しゃがむ、立つの粗大運動だけでなく「握る」「つかむ」微細運動の発達を促します。どちらの穴から出てくるか分からないし、好奇心をくすぐられます。側面に入口を増やしても楽しいです。

★用意するもの★

- ・段ボール箱 ・カラーボール ・布ガムテープ
- ①段ボール箱の上部に入口の穴を1か所、側面の下部に出口の穴を左右1か所ずつあける。
 - ②段ボール板で三角形を2つ作り、段ボール箱の底に向きを変えて入れ、布ガムテープで固定する。

カラコロカラコロ

微細運動

【遊び方】ペットボトルをボトルキャップにつけます。できたら散歩を楽しみましょう。指先や手首の運動になります。



なるほど解説

0,1歳児は、何かを手にとって歩く運動を好みます。はじめのうちは、ペットボトルの中に音の出るものを入れてみるといいでしょう(誤飲にご注意ください)。

★用意するもの★

- ・ロープ ・たこ糸 ・ペットボトル ・色画用紙
- ①ペットボトルに筒状の色画用紙を入れたものを3～4本用意する。
 - ②キャップに目打ちで穴をあけ、たこ糸を通して結びとめる。ロープにたこ糸を枝のように結ぶ。

【参考引用】0・1・2歳児の運動あそび ひかりのくに株式会社

実物が総合子育て支援センターにあります。
ぜひ遊びに来てください。

◆出張相談のおしらせ◆

〈2月の相談日〉

4日(水) 悠紀の里 10日(火) なごみん 12日(木) むらさきかん
18日(水) よりなん 19日(木) やはぎかん

* 「出張相談」は予約制です。総合子育て支援センターにお申し込みください。

☎0564-26-0706





☆2月に開催される、各地区の民生委員・児童委員協議会主催の「子育て支援の会」の活動予定です。「子育て支援の会」に参加し、お住まいの地区でお友だちを作ってみませんか？

☆ここに掲載してあるのは一部で、非公開で行っている地区や、地区外でも参加できる会もありますので、詳細はお問い合わせください。

お問合せ：総合子育て支援センター ☎0564-26-0706

5日(木)	ぴよっこみどり	緑丘学区市民ホーム	19日(木)	あじさいの会	愛宕学区市民ホーム
10日(火)	おたまじゃくしの会	いちようの家分館	19日(木)	ねっこの会	大樹寺学区市民ホーム
12日(木)	ちびっこプーさん	常磐東学区市民ホーム	19日(木)	さくらんぼ	東部地域交流センター(むらさきかん)
12日(木)	ろくほくタンポポの会	六ツ美北部学区市民ホーム	20日(金)	やひがしばんぴの会	西部地域交流センター(やはぎかん)
12日(木)	カンナの会	本宿学区市民ホーム	25日(水)	ぼっぼの会	岡崎学区市民ホーム
12日(木)	こぼとの会	山中学区市民ホーム	26日(木)	めだか広場	男川学区市民ホーム
16日(月)	どんぐり広場	竜美丘学区市民ホーム	26日(木)	ちびっこの会	城南学区市民ホーム
17日(火)	ひなたぼっこ	井田学区市民ホーム	26日(木)	はねっこ広場	羽根学区市民ホーム
17日(火)	虹っこひろば	細川学区市民ホーム	26日(木)	3island	三島学区市民ホーム

★★こどもの救急★★ ～いざというとき、役に立つ！～

こどもはいつ病気になるか、ケガをするかわかりません。
いざというとき、あわてずに対応できるよう、
急病への対応や、救急医療機関などについて確認しておきましょう。



急な発熱やおう吐、ケガなどへの対処方法については、
『こどもの急病ガイドブック』に症状ごとに掲載しています。
(市役所市政情報コーナー、岡崎市保健所などで配布しています。)



インターネットサイト『こどもの救急』やスマホアプリ『Q助(きゅーすけ)』もご活用ください。

◆相談先はこちら◆

☎愛知県小児救急電話相談

受付：毎日 19：00～翌朝8：00

電話：#8000 (052-962-9900)

◆夜間や休日の受診先・医療機関の検索はこちら◆

㊤夜間

岡崎市医師会夜間急病診療所
(小児科・内科・外科)

診療：毎日 20：00～23：00

(受付：毎日 19：30～22：30)

住所：竜美西1-9-1

電話：0564-52-1906 (19：00 から通話可)

☀休日

休日緊急当直医療機関

診療：9：00～12：00、14：00～17：00

当番表は市政だより、岡崎市医師会のホームページに掲載

☎医療機関の検索

愛知県救急医療情報センター

受付：毎日 24時間

電話：0564-21-1133

総合子育て支援センターからのお知らせ



初めてママのためのひろば

★初めて(第一子)の子育てをしているママのためのひろばで『はじめの一步』をしてみませんか?
同じくらいの月齢なら、思いや悩みも似ていて話しやすいと思います。親子で遊んだりママ友づくり
や情報交換ができたりする場としてご利用ください。

★13時30分~14時30分 (13時20分受付開始)

2月	ねんねひろば(3か月~4か月)	ころころひろば(5か月~6か月)	にこにこひろば(7か月~8か月)
	毎週火曜日 3日・10日・17日・24日	毎週水曜日 4日・18日・25日	毎週木曜日 5日・12日・19日・26日

パパのためのひろば

★お子さんと一緒に音楽に合わせてふれあい遊びを楽しみませんか。

★第2、第4土曜日10時30分~10時50分 (10時20分受付開始)



子育て講座のご案内

講座名	開催日時	場所	講師	定員	受付期間
歯の健康・ ふれあい遊び	3月10日(火) 10時~11時30分	総合子育て 支援センター	保健部(保健所) 健康増進課 歯科衛生士	乳幼児親子 20組 (抽選)	1月20日(火)から 2月20日(金)まで

①総合子育て支援センター受付 ②電話(0564-26-0706) ③インターネット のいずれかの方法で、期間内(最終日17時15分まで)にお申し込みください。先着順ではありません。申し込み多数の場合は抽選となります。対象は岡崎市在住の未就園の親子です。各地域交流センターの事務所で受付や問い合わせはできません。

インターネット申込方法: 右記 URL または QR コードから「子育て講座」で検索してください。

<https://ttzk.graffer.jp/city-okazaki>



子育て講座報告『クリスマスコンサート』

12月16日(火)に、子育て講座「クリスマスコンサート」を開催しました。この日を楽しみにかわいらしいサンタの衣装を着てくるお子さんがたくさんいました。ハンドベルやエレクトーンなどの生演奏を静かに聞く姿や、歌に合わせて音の出るおもちゃを鳴らしたりふれあい遊びをしたりと楽しむ姿も見られ、会場が和やかなクリスマスの雰囲気になりました。



《プレイルーム・よちよちルーム》

20日(金) 9時30分~13時00分

支援センター行事のため

●日曜日・祝日は通常のお休みです。

※よちよちルームは上記以外にも都合によりお休みになることがありますが、その場合はプレイルームをご利用できます。

※やむを得ず予定を変更することがあります。

この情報紙「すくすく」は、岡崎市のホームページからも
ご覧いただくことができます。

すくすく

検索

お問合せ: 総合子育て支援センター ☎0564-26-0706

受付時間: 8時30分から17時15分まで