



サークル「ちびーずⅡ」















**3月**



♪ちよこつとわらべうた♪  
『おやゆび ねむれ』

**CONTENTS**

- ◆ちよこつとわらべうた
- ◆らーごむ～ちよどいいってステキ～  
「外で遊べる手作りおもちゃ」
- ◆子育て支援の会
- ◆子育て講座  
～「クリスマスコンサート」より～
- ◆かかりつけ医を持ちましょう
- ◆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
  - ・地区子育て支援センターからのお知らせ

<b>おやゆび ねむれ</b>	<b>さしゆびも</b>	<b>なかゆび</b>	<b>べにゆび</b>
			
親指をゆっくりまげる	人差し指をゆっくりまげる	中指をまげる	薬指をまげる
<b>こゆび みな</b>	<b>ねんね</b>	<b>しーな</b>	<b>ねんね</b>
			
小指をゆっくりまげる	まげた小指を開く	まげた薬指を開く	まげた中指を開く
<b>しーな</b>	<b>ねん</b>	<b>ね</b>	<b>しーな</b>
			
まげた人差し指を開く	まげた親指を開く	親指をまげる	残りの4本の指をなでながら、親指を包むようにしてまげる

# らーごむ ～”ちょうどいい”ってステキ！～ 「外で遊べる手作りおもちゃ」

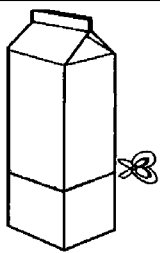
**Lagom**(らーごむ)は、「ちょうどいい」、「ほどよく心地良い」という意味のスウェーデン語。総合子育て支援センターは、必要以上にがんばることも、手を抜くこともない、みなさんにとって”ちょうどいい”子育てを見つけるお手伝いをします。

寒い中にも少しずつ穏やかな日差しが感じられるようになりました。待ちに待った春がもうすぐそこまで来ています。お散歩や外遊びにも出やすくなってきますね。今回はご家庭にあるもので作ることができる、簡単な手作りおもちゃをご紹介します。お子さんと一緒に作ったおもちゃを持って外遊びを楽しんでみませんか？



## 紙パックでお散歩バッグ

〈材料〉 紙パック・テープ  
※乳アレルギーの心配がある方はジュース等の紙パックを使用しましょう。



①紙パックの底から7センチ程度の所をはさみで切る



②残った紙パックで持ち手になる部分を切りテープで止める

お散歩の途中で見つけた草花や小石を手作りバッグに入れることで、お散歩がさらに楽しくなります。



風が吹いたら・・・

## レジ袋でパラシュート

〈材料〉 レジ袋・たこ糸・テープ・ペットボトルのキャップ

①レジ袋の上半分を切り取る



②テープでたこ糸をレジ袋に貼り付けて結ぶ



③テープでひもをキャップに貼る



パッと手を離すとすーっと落ちるパラシュートを見せてあげたり、お子さんにキャッチしてもらったりして遊んでも楽しいですね。



季節や自然に触れることは、普段遊んでいるおもちゃやテレビだけではなかなか得ることのできない多くの発見や感動をもたらしてくれます。遊びながら春を感じ、お子さんの好奇心を育てていきたいですね。

参考文献：森川 紅『保育とカリキュラム 冬の外遊び』ひかりのくに

## ◆ 出張相談と子育てワンポイントアドバイス ◆ 〈3月の相談日〉



11日(水) 悠紀の里  
18日(水) よりなん

12日(木) なごみん  
19日(木) むらさきかん

26日(木) やはぎかん

相談日に、「子育てワンポイントアドバイス」を行います。予約不要で、11時20分頃からプレイルームで行います。「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。「出張相談」と「子育てワンポイントアドバイス」の詳細は総合子育て支援センターへお問い合わせください。 ☎26-0706



☆3月に開催される、地区の民生委員・児童委員協議会主催「子育て支援の会」の活動予定です。各地域の「支援の会」を利用し、自分が住んでいる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もあります。また地区外でも参加できる会もありますので、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 ☎26-0706

6日(金)	小豆坂エンジェルの会	小豆坂学区市民ホーム	12日(木)	こぼとの会	山中学区市民ホーム
10日(火)	きたのバンビの会	北野学区市民ホーム	13日(金)	矢南ペンギンクラブ	大和町公民館
10日(火)	ぴよぴよ	大門学区市民ホーム	13日(金)	やきたバンビの会	矢作北学区市民ホーム
11日(水)	こっこの会	根石学区市民ホーム	19日(木)	あじさいの会	愛宕学区市民ホーム
12日(木)	ちびっこプーさん	常磐東学区市民ホーム	26日(木)	はねっこサロン	羽根学区市民ホーム

子育て講座「クリスマスコンサート」(総合子育て支援センター)

12月17日(火)総合子育て支援センターへ『みずきの会～ゆかいな音楽仲間～』のみなさんをお招きし、「クリスマスコンサート」を行いました。毎年大人気の講座で、今年は定員の4倍を超える応募がありました。ハンドベルの演奏が始まると、そのきれいな音にお子さんたちは目を輝かせて聴き入っていました。パネルシアターを見たり、ふれあい遊びで身体を動かしたり、華やかなエレクトーン(電子オルガン)の演奏に素敵な歌声、楽しいクリスマスソングの数々に、会場は笑顔と歓声に溢れました。最後は「赤鼻のトナカイ」の曲に合わせ、参加者全員でリズム楽器を演奏し、会場全体が一体感に包まれました。



\*\*\* かかりつけ医を持ちましょう \*\*\*

育児中は、子どもの病気・予防接種・乳幼児健康診査・育児相談などで医療機関を受診する機会が多くなります。

子どもは、症状を上手に伝えることが難しいので、小児を専門としている医療機関をかかりつけ医にすることをお勧めします。親子ともに安心・信頼できる小児科のかかりつけ医を持つようにしましょう。

受診するときは  
 母子健康手帳、保険証  
 子ども医療費受給者証  
 おくすり手帳なども忘れずに

★かかりつけ医を持つメリット★

- ・子どものかかった病気、接種済みの予防接種などを知っている
- ・家族(兄弟)の状況を知っている、ちょっとした変化に気づきやすい
- ・体質を知っている(アレルギー、薬の好み、ひどくなりやすい症状など)
- ・地域で流行している病気などを知っている
- ・「いつもの先生」だと子どもが安心できる



★上手に受診するコツ

- ・一番気になる症状は何か？いつから出てきたか？を伝える
- ・子どものことを説明・判断できる人が連れて行く
- ・症状の経過をメモしておく

# 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\*** 『はじめの一步』をしてみませんか？  
 時間は13時30分～14時30分です。(祝祭日はお休みです。)

3月の予定


**ねんねひろば**  
 3か月～4か月  
 (毎週 木曜日)  
 (5日・12日・19日・26日)



**ころころひろば**  
 5か月～6か月  
 (毎週 火曜日)  
 (3日・10日・17日・24日)



**にこにこひろば**  
 7か月～8か月  
 (毎週 水曜日)  
 (4日・11日・18日・25日)



★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。あくまでも自由参加です。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参加してみてください。(申込、予約不要)  
 ★毎週土曜日10時30分から「パパのためのひろば」を実施しています。お子さんと一緒に音楽に合わせて体を動かしてみませんか。🌸ママも一緒に参加できます。

**子育て講座**  
**「わらべうた」**  
 日時 4月14日(火)  
 1部(独歩可)・・・10時～10時45分  
 2部(未歩行)・・・11時～11時45分  
 場所 総合子育て支援センター  
 講師 楫野 加津子先生  
 定員 乳幼児親子 各20組(抽選)  
 受付 3月30日(月)まで

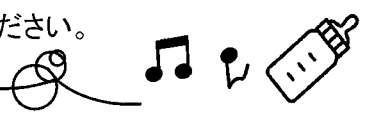
**子育て講座**  
**「はじめてのリトミック」**  
 日時 5月19日(火)  
 1部(独歩可)10時～10時45分  
 2部(未歩行)11時～11時45分  
 場所 総合子育て支援センター  
 講師 堀内 幸江氏  
 定員 乳幼児親子 各20組(抽選)  
 受付 3月26日(木)から  
 4月27日(月)まで

**子育て講座**  
**「歯の健康・ふれあい遊び」**  
 日時 5月20日(水)  
 10時～11時30分  
 場所 北部地域交流センター  
 なごみん  
 講師 保健部(保健所)  
 健康増進課 歯科衛生士  
 定員 乳幼児親子 40組(抽選)  
 受付 3月27日(金)から  
 4月28日(火)まで

講座は、電話(26-0706)、総合子育て支援センター受付、若しくはインターネット(電子申請総合窓口)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が、申し込み多数の場合は抽選となります。
- ・参加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。

総合子育て支援センターで  
 ミルク用のお湯の提供を始めました。  
 ご利用になりたい方はスタッフにお声がけください。



地区子育て支援センター  
 からののお知らせ



	3月のお休み	4月のお休み
六ツ美中保育園	25日(水)・30日(月)	1日(水)から 10日(金)まで ※13日(月)から開始
竜谷保育園	23日(月)・30日(月)・31日(火)	
岩松保育園	24日(火)から31日(火)まで	
島坂保育園	25日(水)・30日(月)	
豊富保育園	18日(水)から引越しのためお休み 再開の詳細については後日お知らせいたします	

お休みのお知らせ

●日曜日・祝日は  
 通常のお休みです



《プレイルーム》

- ・毎週火曜日 午前
- ・3月7日(土) 午後  
 センターメンテナンスのため
- ・3月25日(水) 午前  
 城北保育園行事のため

《赤ちゃんの部屋 よちよちルーム》

- ・3月17日(火)  
 まちかどほっと相談室のため

※やむを得ず予定が変更になることがあります

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

受付時間: 8時30分から17時15分まで  
 お問い合わせ: 総合子育て支援センター ☎26-0706