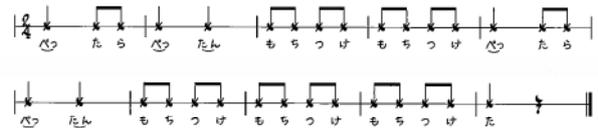




CONTENTS

- ◆ちよこっとわらべうた
- ◆らーごむ~ちよどいってステキ~
「気をつけよう、冬の事故」
- ◆子育て支援の会
- ◆講座報告
- ◆遅らせないで!子どもの予防接種
- ◆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
 - ・お休みのお知らせ

♪ちよこっとわらべうた♪ 『べったら べったん』



- ① べったら べったん もちつけ もちつけ
べったら べったん もちつけ もちつけ
もちつけた
- ② はい かみだなへ



手の平にお手玉を乗せ、歌に合わせてお手玉をたたく。



お手玉を頭の上に乗せる。

- ③ ことも おこめが いっぱい
とれますように おねがいます



手を合わせ「おねがいます」でおじぎをして、お手玉を落として両手でキャッチする。

☆あそびのバリエーション☆
 「かみだな」を「とだな」や「おとなり」に置き換えて、自分の肩やお子さんの身体にお手玉を乗せたり、お手玉を落とすとき、お子さんの身体に落としたりしても楽しいです。



らーごむ

~“ちょうどいい”ってステキ!~
 ＊ ＊ 「気をつけよう、冬の事故」



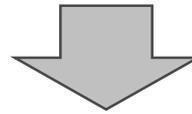
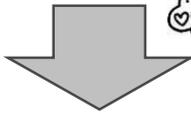
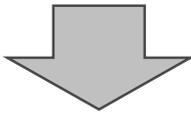
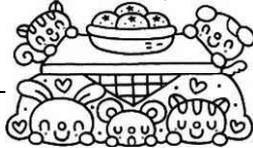
Lagom(らーごむ)は、「ちょうどいい」、「ほどよく心地良い」という意味のスウェーデン語。総合子育て支援センターは、必要以上にがんばることも、手を抜くこともない、みなさんにとって“ちょうどいい”子育てを見つけるお手伝いをします。

日に日に空気が冷たく感じ、吐く息も白く、冬の訪れを感じますね。今年もあつという間に最後の月になりました。室内の暖かさと戸外の寒さの気温差が大きくなります。衣服で調節しながら、健康に年末年始を過ごしましょう。

今回は寒い冬に起こりがちな事故とその対策についてご紹介します。



やけど	脱水症状	窒息・誤飲
<p>ストーブやヒーターなど高温になる暖房器具はもちろんですが、寝返りのできない赤ちゃんにとって、床暖房やホットカーペットも要注意です。赤ちゃんの皮膚は大人の皮膚よりも薄いため、低温やけどの恐れがあります。</p> <p>また、大人が熱い飲み物を飲む機会も増えるので、お子さんが触る、口にするなど、やけどの危険が増えます。</p>	<p>冬は空気が乾燥しやすい上に、暖房器具の使用で湿度が下がります。また、汗をかかないため、水分を失っているという自覚が少なくがちです。</p> <p>暖かいこたつでうっかり寝てしまうことはありませんか?気づかないうちに身体の水分が奪われ、脱水症状になることがあります。</p>	<p>年末年始のお休みで帰省したり、親戚で集まったりする機会も増えるでしょう。他の人の家では、普段見かけない物や玩具を目にすることが多く、お子さんは興味津々。「これは何かな?」とさわったり、口に入れてしまったりする危険もあります。</p>



- 暖房器具はお子さんの手が届かない場所に置いたり、囲いをつけたりしましょう。エアコンを活用することもおすすめです。
- 赤ちゃんを床暖房やホットカーペットの上で長時間同じ姿勢にしないようにしましょう。
- 熱い飲み物はテーブルの上に置いたままにしないようにしましょう。お子さんに温かい食べ物や飲み物を与える時は、適温に冷ましてからにしましょう。

- 冬でもこまめに水分補給をしましょう。大人の喉が渇いているとき、新陳代謝の活発なお子さんはもっと渇いています。お茶タイムなど、水分補給する時間を決めておくのもいいでしょう。
- もしお子さんがこたつなどで寝てしまったら布団に移動させてあげましょう。



- 年上のお子さんの玩具には、小さな部品、シール、電池などが使用されていることがあります。玩具の対象年齢を確認する、手の届かない所に置くなど気をつけ、口に入れないようお子さんから目を離さないようにしましょう。
- 普段食べ慣れないもの(餅、落花生など)に注意しましょう。
- お酒やたばこはお子さんの目や手に触れない所に保管しましょう。

【参考】子どもを事故から守る!事故防止ハンドブック/消費者庁 ママテナ/NTTドコモ

◆出張相談のおしらせ◆

〈12月の相談日〉

- 7日(水) 悠紀の里
- 8日(木) なごみん
- 14日(水) よりなん
- 15日(木) むらさきかん
- 22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。 ☎26-0706



☆12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。
 お問い合わせ：総合子育て支援センター ☎26-0706

***都合により中止になることがありますのでご了承ください。**

6日(火)	虹っこひろば	細川学区市民ホーム	10日(土)	ぐりとぐら	南部地域交流センター(よりなん)
8日(木)	ちびっこプーさん	常磐東学区市民ホーム	13日(火)	ぴよぴよ	大門学区市民ホーム
8日(木)	ぴよっこみどり	緑丘学区市民ホーム	14日(水)	こっこの会	根石学区市民ホーム
8日(木)	カンナの会	本宿学区市民ホーム	19日(月)	どんぐり広場	竜美丘学区市民ホーム
8日(木)	こぼとの会	山中学区市民ホーム	21日(水)	ぼっぼの会	岡崎学区市民ホーム

子育て講座「絵本について」

9月27日に霜田美津子氏をお迎えして、子育て講座「絵本について」を開催しました。お子さんは同じ絵本を何度でも楽しむことができるということ、何回も読む中でコミュニケーションにつながること、年齢にしまられない絵本の選び方などを教えてくださいました。たくさんの魅力的な絵本の紹介だけでなく、大型絵本の読み聞かせやパネルシアター、ふれあい遊びもあり、とても楽しい講座となりました。

子育て講座「復職セミナー」

10月22日に竜美ヶ丘小児科看護師野村さちい氏をお迎えして、子育て講座「復職セミナー」を開催しました。入園前に知っておきたい子どもの病気とおうちでのケアというテーマで、就園を控えたご家族に、病気の症状やケア、受診の目安などを教えてくださいました。お子さんの登園で悩んだ時には、一日楽しく園で遊ぶことができるかな、他のお子さんに病気を感染させることはないかな、と考えると良いとのことでした。

遅らせないで！

子どもの予防接種



- 予防接種のタイミングは、感染症にかかりやすい年齢などをもとに決められています。
- 特に、生後2か月から予防接種を受け始めることは、お母さんからもらった免疫が減っていくときに、赤ちゃんがかかりやすい感染症（百日せき、細菌性髄膜炎など）から赤ちゃんを守るために、とても大切です。
- お子さまの健康が気になるときだからこそ、予防接種は、遅らせずに、予定どおり受けましょう。
- B型肝炎3回目、水痘2回目、四種混合の追加接種など、複数回接種するワクチンは接種忘れが多いので、今一度母子健康手帳などの接種記録をご確認ください。

★接種券は接種開始前に個別に届けています。接種券が届かない、接種券をなくしてしまった、市外からの引っ越し、市外で受けたいなど予防接種に関することは下記にお問い合わせください。

岡崎市保健所 保健予防課 予防接種係 ☎23-6714

★新型コロナウイルスワクチンに関しては専用のコールセンターにお問い合わせください。（毎日9時～18時）

岡崎市新型コロナワクチン子どもコールセンター ☎64-1310

総合子育て支援センターからのお知らせ



都合により、ひろばや講座等は、参加人数の変更または中止になることがありますのでご了承ください。

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。受付前には入室できません。)
- ★対象10組となりますが、人数を超えた場合は定員内であればプレイルームをご利用できます。

12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 6日・13日・20日・27日	毎週水曜日 7日・14日・21日・28日	毎週木曜日 1日・8日・15日・22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20分受付開始。受付前には入室できません。)
- ★対象6組となりますが、人数を超えた場合は定員内であればプレイルームをご利用できます。



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
クリスマスコンサート	12月20日(火) 第1部(独歩可)10時~10時45分 第2部(未歩行)11時~11時45分	総合子育て支援センター	みずきの会	乳幼児親子各15組(抽選)	11月2日(水)から12月2日(金)まで
わらべうた	1月17日(火) 第1部(独歩可)10時~10時45分 第2部(未歩行)11時~11時45分	総合子育て支援センター	楫野 加津子氏	乳幼児親子各15組(抽選)	11月22日(火)から12月23日(金)まで
はじめてのリトミック	2月8日(水) 第1部(独歩可)10時~10時45分 第2部(未歩行)11時~11時45分	総合子育て支援センター	堀内 幸江氏	乳幼児親子各7組(抽選)	12月20日(火)から1月20日(金)まで

講座は、電話(26-0706)、総合子育て支援センター受付、も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。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。



《プレイルーム・よちよちルーム》

20日(火) 9時30分~13時 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場合がありますが、プレイルームをご利用できます。

*やむを得ず、予定が変更になることがあります。

*年末年始のお休みは12月29日(木)~1月3日(火)までです。



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

すくすく

検索

受付時間:8時30分から17時15分まで

お問合せ:総合子育て支援センター ☎26-0706