

まちの子育てひろば情報

No.153

平成 27 年 8 月 1 日発行

毎日、強い日差しが照り付け、各地で猛暑日が記録されています。
水分補給をしっかりとするなど体調管理に気を付け、元気に夏を過ごしましょう。

ひろば紹介



青山乳幼児教育学級（三木市志染町青山）

ひろば開催日時：月 2 回水曜日 10：00～11：30

ひろば開催場所：三木市立青山公民館

親子で七夕飾りを作りました。ひろばアドバイザーの方が、色とりどりの折り紙を切って準備して来てくださり、感謝の気持ちでいっぱいでした。

好きな色や柄の折り紙を選んで、おりひめやひこぼし、輪飾り、三角つなぎ、スイカなどを作りました。飾りを笹に付けて七夕飾りが出来上がると、子どもたちは本当に嬉しそうにしていたので、みんなで作品を見せ合いました。

制作をする時には、「次は何を作る？」、「どんな顔にしようか？」など、親子でいろいろ話しながら、そして、お母さん方は、子どもが出来ることは自分でさせて、難しそうなのは少し助けてあげるといった姿勢で取り組んでおられる様子が素晴らしいと感じました。

こういった体験を通して、日本の伝統行事を子どもたちに伝えていきたいですね。

知っ得

豆知識

「北播磨こどもの救急かるた」より

れ いだんぼう てきせいおんどで
けんこうかんり

適正温度で健康管理

子どもが気持ちよく過ごせるようにするのがポイントです。

熱の上がり始めに「寒い」と言えば、暖かくする（衣服、布団をかける）。

熱が上がり切って「暑い」と言えば、涼しくする（本人が気持ちよさそうなら氷枕や冷却シートを使ってもよい）。

エアコンを上手に使いましょう

夏、赤ちゃんが快適に過ごせる温度は26～28℃、湿度は60%以下と言われています。外気温との差が5℃以内になるように、これをひとつの目安に温度設定をしましょう。

エアコンの電気代も気になるところですね。冷房の設定温度を1℃上げるだけで約10%もの節電になります。そして、風量設定や温度調整は自動調整機能に任せの方が節電につながります。

また、扇風機を併用すると体に適度な風を感じ、体感温度を下げ快適に過ごすことができます。

ひろば紹介



加茂保育所 まちの子育てひろば（加東市北野）

ひろば開催日時：毎週水曜日

ひろば開催場所：加茂保育所

ひろばアドバイザーに来ていただきチアダンスを体験しました。アドバイザーの方の、はつらつとした声と元気、素敵な笑顔を見るとワクワクしてきて、「早くやってみたい」という気持ちでいっ



いになりました。「チアはみんなを応援したり、元気にさせたりするためにするのだから、いつも笑顔でね」と教えてもらい、その通り、子どもたちは笑顔いっぱい体を動かしていました。ポンポンを手にする、「チアと言えばこれこれ。これで気分が上昇するよね！」と大人たちも気分が盛り上がり、アドバイザーの方が声かけをされる中、音楽に乗って元気よく踊りました。終わった後は、とてもすがすがしい気分になりました。

ひろば紹介



きらきらきっず☆（加東市）

ひろば開催日時：月2回程度 10：00～11：30

ひろば開催場所：杜児童館やしろこどものいえ など

このひろばは、6月に新しく結成されたひろばです。児童館で仲良くなったお母さん方が、いろいろなことを体験したり、みんなで集まって情報交換をしたいという思いで結成されました。



子どもの年齢は1歳前後と慌ただしく大変な時期ですが、リーダーの方を中心にみんなで助け合いながら、楽しく元気にひろばの活動をされています。

この日は、ひろばアドバイザーに来ていただきベビーサインを学びました。歌詞に合わせてサインを覚え、「これなら出来そう」、「やってみたい」という気持ちが出てきたようでした。以前からベビーサインを使われているお母さんもおられました。子どもの欲求が分かりイライラすることが減ったと話されていました。皆さんも一度、体験してみてくださいはいかがでしょうか。



ベビーサイン ～赤ちゃんとお手てでお話しよう～



ベビーサインは、まだお話のできない赤ちゃんと簡単な手の動きを使ってコミュニケーションをとる育児法です。

サインを教えるのは難しいと思うかもしれませんが、毎日、赤ちゃんに手の動きを添えて語りかけていると、赤ちゃんはその動きに意味があることを理解して、自然と使うようになるそうです！

◆いつ頃から始めるの？

お座りができるようになり、両手を自由に使えるようになった頃。個人差がありますが、6カ月～1歳半くらいが適齢時期とされています。

◆どんなメリットがあるの？

一番のメリットは、意思疎通がスムーズになるので、赤ちゃんもママもストレスが減り、親子の絆が深まることです。

【おっぱい】

片手を握ったり閉じたりしながらグーパーグーパーします



【もっと】

両手の指先を軽く閉じたままチョンチョンと触れ合わせる 例えば「もっと食べる～」など

