



# 10月支援室だよ!



## やっと秋がきました...

過ごしやすい季節になり散歩に出かけることも多くなりそうです。身の回りの草花や樹木、山や川などの自然の中に身を置くと、自然とのふれあいを楽しむことができます。こどもたちの気づきや驚きに共感するために身近な大人がおもしろいと感じることが大切です。

寒暖差による“秋バテ”に注意です。ぬるま湯の入浴が効果的とのこと。賢明に休息をとっていきましょう。

令和6年9月末  
滝上町こども園  
子育て支援室  
☎(0158)  
29-4139  
担当：<sup>やない</sup> 箭内幸江

### ◇集いの広場…月曜日～金曜日

9:00～12:00

- ・基本は自由遊びです。園児(3歳未満児)が遊びに来ることもあります。
- ・11:20頃からはポイントタイムです。

### ◇遊びの広場…水曜日 9:00～12:00

- ・製作や運動遊びなど簡単な遊びの紹介を行ったりします。

※この日は保健師さんが来園しますのでいろいろな相談もできます。



### ◎10月4日(金)

10:00～11:30

- ・担当は、保健師さん、栄養士さんです。
- ・担当講師は、一般社団法人くらしネット Link 佐藤直美先生です。お子さんの成長発達に関する相談ができます。
- ・今月は保健師『ミニ講話』があります。
- ・お母さん同士の交流やいろいろな相談ができますので気軽にお出かけください。

### 『親子ヨガ教室』の



今回は、久しぶりに福岡永告子先生の『親子ヨガ教室』があります。

30日(水)の11:00から支援室で行います。ぜひ、ご参加ください。静かなBGMの中でリラックスできますよ。

今日は泣かずに計測できました、ホッとひと息。



### 流行シーズンはすぐそこ!

### せきができる感染症

秋から冬にかけて、「風邪」が増えてきます。喉や気管にウイルスなどが入ると、それを追い出すために咳が出ます。流行しやすく、重症化しやすい「RSウイルス感染症」「インフルエンザ」。季節外れに流行する「ヒトメタニューモウイルス感染症」もあります。「楽しそうに遊んでいるか」「息苦しそうにしていないか」をよく見てあげましょう。乾燥は鼻や喉を傷めるので加湿・水分補給・換気で乾燥を防ぎましょう。



計測後はお気に入りのおもちゃをもって。ママたちはおしゃべり…



◇9:00～12:00までの開放です。  
 ◇気温によっては水分補給の用意もしてきてください。

『育児相談』には くらし ネットLinkの佐藤直美先生が入ります。(遠軽町在住)

	集いの広場	集いの広場	遊びの広場	集いの広場	集いの広場	
日	月	火	水	木	金	土
		1日	2日	3日	4日	5日
		手遊び・歌 絵本など	中庭で 遊ぼう!		育児相談	
6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日
	手遊び・歌 絵本など		(避難訓練) ボール ころころ			
13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日
	スポーツの日	フッ素塗布 手遊び・歌 絵本など	トンネルと トランポリン	読み聞かせ 9:30～		
20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
	手遊び・歌 絵本など		(誕生会) ハロウィン製作			
27日	28日	29日	30日	31日		
	手遊び・歌 絵本など		親子ヨガ 11:00～	ハロウィン		

<子育てのヒント>

**Q:「泣き出すと、あやしてもなかなか泣き止まなくなった」(1歳児)**  
**A:** 一語文や二語文を話しはじめても、あふれる思いを言葉で伝えるのは、まだまだ難しいもの。泣くことで思いを伝えているのでしょう。また、あやしても泣き止まないのは、求めているものが違うから。おなかが減ったのか、どこか痛いのか、もっと遊びたいのか、何かしらわかってほしい思いがあると捉えましょう。泣き止ませようとするのは逆効果。  
 ⇒気持ちを無理に収めようとせず、どうしたいのか子どもに聞いてみることで。2歳児なら「～は嫌だ、～をしたい」と伝えられますが、1歳児には難しいので「お腹が空いたかな?」「眠くなっちゃった?」「まだ遊びたい?」など、一つずつ選択肢を示して尋ねましょう。子どももうなずくなどして気持ちを伝えやすくなります。まずしっかりと抱いて安心させます。それから「〇〇したかったのね」と共感するとわかってくれたと感じて少しずつ落ちつきます。



水曜日の“遊びの広場”には保健師さんが来てくれます。  
 10:00～  
 12:00



直径45cmのバランスボールを転がしたり、一緒に走ったりする遊びも楽しいです。ミニトンネルもあります。好きな遊びを見つけてね。