



# 6月の子育て支援センターだより



5月4日からの休館が「まん延防止措置(まんぼう)」の適用が決まり、6月13日まで延長されることになりました。今は、どこに行ってもアルコール消毒が置いてありますが、基本はやはり、石けんでの手洗いのようです。外遊びから帰った後や食事の前など親子で泡を楽しみながら、しっかりと洗えるといいですね。

また、この時期にたくさん体を動かして汗をかいておくと、真夏の熱中症予防にもつながります。雨で外に出られない日も、お手伝いを遊びにして、ママと一緒に家事で体を動かしてみてもいいかなですか？

みなづき  
**水無月**  
〈六月〉

6月といえば梅雨。しかし旧暦では水無月といい「水が無い」と書くことを不思議に思うかもしれません。じつは「無」には「~の」という意味があるそうです。5月に早苗を植え、田に水をよく時期であることから「水の月」と表されました。

## もうすぐ父の日 ♥ 幸せホルモン

パパいつもありがとう!



家族でたっぷりスキンシップ!!

オキシトシン

赤ちゃんを抱っこしたり、お互いに触れあったり、大好きな人の声を聞いたりすると、**不安を軽減する**幸せホルモン、オキシトシンが分泌されます。このオキシトシンの働きは**男女差がない**そうです。だから、パパも疲れた時にお子さんを抱っこしたり、時にはママと手をつないでみたりすると、心と体の**緊張がほぐれてきて、安心しますよ。**

## 畑に花が咲きました



みんなで植えた野菜たち、すくすくと育っています。太陽や雨、自然の恵みを土がどんどん吸収しています。さて...この花は何の花かな? 調べてみてね!

