

12月の子育て支援センターだより



ゴリゴリ
糶摺り

クリスマスやお正月準備、大掃除...と、いろいろ忙しい年の瀬です。感染症も流行っていますので、手洗励行で体調を整えていきましょう！センターでは、米作りの最終段階、糶摺りと精米をして出来たもち米を使って、お正月のお供えもちを作ろうと思います。12月13日「正月事始め」何をするにも縁起の良い日です。子どもと一緒に大掃除のお手伝い始めてみませんか？



ガクガク
ぎゅぎゅっ
精米

12/29(金)~1/3(水)
センターは休館です



こびとん
のおさんぽ



寒い季節になっても“まっほくりキッチン”は陽だまりで、暖かく感じられます。部屋の中だけでなく、一日に一回は外気に触れることをおススメします。冷たい空気は肌や呼吸器を鍛え、丈夫な体を作ってくれます。

子どもは、大人より一枚少ない薄着の習慣をつけましょう！動いていると、体はほかほか温かいのです。自分の力で動かせるユラユラ遊具も子ども達に大人気のユラユラして体幹も鍛えられますよ。



あかちゃんの日



周りの山々から雪のたよりが届いています
いよいよ 師走ですね

さて あかちゃんの日では絵本の紹介と読み聞かせをおこないました 始まる前に絵本を手にとってもらえるように設置し『一緒に楽しもうね!』そんな 想いを感じてくれたらと願いました

たくさんの方が関わって作りあげた この素敵な作品を 心の1ページに残せたらと考えます



よちよちの日



いよいよ今年も残り1ヶ月と残りよちよちの日。今年も色んな子がよちよちへ参加していただき、楽しい活動ができました。あじわいもいっぱい。多目的ホールへは、お散歩に行く機会がなかったので、初めて来る時に泣いてしまう子もいます。大人も初めてのことはドキドキしましよね。少しづつ慣れていくので大丈夫です。見学途中に走るのも大丈夫。これからも沢山の親子が遊びに来てくれることをよちよち担当 池田先生で待っています。

11月も多目的ホール、センター 周辺散歩ができました。

秋のつらばうた遊びの紹介です。〜つきかくりがあんどんこ〜 よちよちバージョンです。順着にマズに聞いて答えてもらいました!

つきと歌った子が高高兴兴♡
くちと歌った子がキラキラ♡
あんどんこ歌った親子でグー♡



《散歩の日》 木曜日



(みんなごっこ)

を、ありがとごさいました。

消防署に行って来ました。
突然の声かけにも、
かかわらず、快く受け入
れて頂き、楽しい時間
を。



(草がクサくすよ)

親子で、ゆっくり過ごせな
と思います。是非散歩に出
かけてみて下さい。

いよいよ季節は、冬本番
です。

“こどもかぜのこ、じじばばのこ”

ゆらべうたのように、こどもは、
風を感じられる。外が大好き!!
寒さに少しづつ慣れながら、
冬を楽しめる身体を作りましょ

のびのびの日

11月8日(水)に、渋川八幡宮へ
行き、参拝してきました。宮司さん
が、丁寧にお話をしてくださ
り、本殿に入りお参りもでき
ました。紅葉は少し早かたの
ですが、八幡宮内を散策し、色
々な形の石を見たり、パワース
ポットに行ったりと、とても良
い経験をする事ができました。

いよいよ今年もあと少し。12月
は、先日振ったさつま芋ツルで、
リース作りを行います。リボン
や、木の葉など、持参して下さい
ね。ステキなリースを作りましょ
う。予約をお願いします。



よいお年をお迎え下さい。

生活リズムを整えることで...

子どもも大人も、体が丈夫になる大切なことは、

- ・ 眠ること
- ・ 食べて排泄すること
- ・ 日中の笑顔ある楽しい遊び

からだは食べものでできています。
素材のよい和食中心に...

- まめ
- ごま
- わかめ、海藻
- やさい
- さかな
- しいたけ、キノコ
- いも



を意識して、子どもと一緒に買物に行くとお
おススします。お手伝いしながら楽しく
食物の勉強にもなりますヨロ

愛情は
手作りの食事で伝える

こだわりのある子にも...

人は肩から首、頬、アゴへと働きが連動して
います。だから「ほう運動遊び」をすると
それらを育て、しゃく力もよくなります。

食材を噛み込むこと、口の中で混ぜること
などにより、口の動きがよくなり、言語がはきり
てきます。

言語の成長だけではありません。

こだわりが強く、食材(特に緑の野菜)を
好き嫌いをする子が、自ら何でも食べられるよ
うになると、人や動物に対してのこだわりも
減っていきます♡

まずは親がおいしそうに食べる姿を見せて
「食べてみようかな...」という気になるまで
一緒に笑顔で食卓を囲んでみて
ください。

参照: 「ほう運動あそび」で育つ子ども: 今持美 著