

2月の子育て支援センターだん



今年の節分は2月2日(日)です。センターにも可愛い鬼さんがいるのですが、鬼が怖くて玄関から入れない子もたまにいます。夜寝ないと、スマホの鬼がやって来るのだそうです... これはトラウマになってしまいそうですね。とはいっても、子どもたちに伝統行事の楽しさと家族で味わう行事食を大切に伝えていきたいと思っておりますので、皆さんで遊びに来て下さいね。

ところで、センターの田んぼでかえたカエル君、枯葉の下で冬眠してたはずが... ひょこり顔を出して来ました!! 暖冬で春とまちがえた!?

オニはとど〜



福ほうち〜



(Y)鏡開き



おにさのるすに

おにさのるすに

まめいってガーラガラ



両手をつないで体を揺らして遊んだり、ザリヤハンカチにドングリを入れてガラガラ音を鳴らして遊んだり、思いっくまま「ガーラガラ」を楽しんでね

2月のわらべうた

よちよちの日

- ・新年が明けてあゝという間に1ヶ月が過ぎました。時の流れと子どもの成長は早いですね? 1日1日を大切に過ごしていきたいです。
- ・1月のよちよちは、お正月遊びの「こま」を作って「こま」回しをしました。牛乳パックにシールを貼って... クルクル回るステキな「こま」が出来ました。お家でも遊べたかな? こまづくり〜



・よちよちでは、初めに雑巾がけをします。歩くようになると「はう。事が少なくなります。はう。運動は、全身の骨格筋を使います。骨格筋を使うと血行をよくします。〜 子育て支援センターより



あかちゃんの日



暦のうえではもう春ですが、でも 吹く風は冷たさを感じます。さて 1月のあかちゃんの日ではお正月遊びとして羽根つき・カルタ・福笑い・おすもうを楽しみました。羽根つきでは今年の抱負を言いながらおこなってもらい羽を勢いよく飛ばし 皆で大笑い! 楽しく笑う事で厄をはらい福をまねきいれた一時でした。

あかちゃんの日ではおかあさんとあかちゃんが心も体もリラックスして楽しめる時間を共に過ごせたらと考えています



少し大きな赤ちゃんの日

あそび

「この時期は、
よちよちの日でもこの運動あそびを取り入れて
遊んでいます。続いていく這い這い遊びです。
この事で、腕の力、腹筋、背筋など身体全体が
育ち脳の発達も促されます。

家では又めた布団を這って登ったり、下りたり、
また大人が四つ這いに仮ストンネルくぐりを、
子どもにさせて、など工夫して楽しんでみてください。

みんなで散歩



1月は早稲神社へ、5組
が参加してくれました。天気に
恵まれ気持ちよく歩きました。
抱っこ時もありましたが、子ども同士刺激しあって近寄
り離れたり歩ける子もいて、お母さん同士も笑顔で
見守りつつ安全に歩いています。今年初めての神社の
人も一組ずつ手を合わせの参拝、おごさかお持持に
ゆたりと冬のあたたかい日の散歩でした。

のびのびの日



お正月に年神様を迎えたお正月飾りを下げ
小正月の頃に行く行事のどんど焼き。どんど
焼きの煙と共に年神様は天上に帰ると言わ
れます。どんど焼きの火で焼いた餅や団子
を食べて、無病息災を祈ります。

センターでは、おまい玉を作り、皆さんの健康
を願って、親子で木の枝にお餅と縁起の良
だるまを飾りました。



今年も健康で笑顔いっぱいになるでしょう。
伝統行事や習わしの話を、パパやママに聞くと、
子どもの頃は、〇〇で、親に連れられて行きましたと
楽しそうです。是非そんな思いを、子ども達に
体験させてあげたいですね。2月はおしゃべり会

脳が育てば夜泣きはおさまる

赤ちゃんが夜中に泣いて起きるのは
地球上の昼夜のリズムに慣れていないから。

するべきことは至ってシンプル

「朝は明るく、夜は暗く」という
刺激を赤ちゃん時代から規則
正しく脳に与え続けること。

脳んでいる人こそ、その効果は大です。

2歳頃までは夜起きて泣くのが
あってもおかしくないと小児科学会でも
言われています。1~2歳になると自我が
出てくるので、不安や甘えも夜泣きの
原因になりますが、1歳前後なら
「おなかすいた」「おむつぬれた」「暑い」と
いった「快・不快」がほとんどです。

生活を見直すと
眠れる脳が育つ

子どもの脳の育ちを助け

睡眠の悩みを軽減する方法

- ① 赤ちゃんをよく観察しよう
快不快は大人が環境を調整できます。
- ② 赤ちゃん相手に「実況中継」をしよう
「おなかすいたね」「眠くなってきたね」と言語
化して実況してあげることで、セガで赤ちゃんも
自覚するようになってきます。
- ③ 起床はせめて朝7時までに
夜泣きを減らすには、生活リズムを整える
こと。とくに朝の太陽に浴びることが重要。
- ④ 「夕寝」はさせない
お昼寝はせめて15時まで。1時間くらいで。
- ⑤ 空腹の時間を作って、夜寝る前たっぷり授乳
お腹がすいて起きる子は赤ちゃん飲み多し。
- ⑥ 夜は静かで暗いもの
寝るときは、光や音を控えよう
- ⑦ せわらかい大人に抱っこされたいのです
イヤイヤは硬くなります。ニコニコ笑顔見せ。

「ケ-ヨン2019.2冊成田奈緒子先生」参照