



すくすく

第9号(平成29年12月1日)
 武豊町北部子育て支援センター『すくすく』
 〒470-2317
 武豊町字砂川一丁目43(北保育園2階)
 TEL・FAX (0569)73-8714

子育て支援センターに遊びに来てね。



日頃、支援センターに遊びに来てくださるお母さん同士、「何か月ですか?」と聞き合ったり、子どもさんの遊びを通したりしておしゃべりが始まっています。子育てや子どもさんの成長について話をすることで「うちだけではないんだ」「こうするといいいのか」と、安心感が持てたり、子育てのヒントをもらったりできるようです。

武豊町には、南部「わくわく」と、北部「すくすく」の2か所に支援センターがあります。他の親子と関わったり、親子で遊びを楽しんだりしてみませんか。お気軽に遊びに来てください。

駐車場のお知らせ

12月14日(木)は、保育園の都合で一日駐車場を使うことができません。

年末・年始休館のお知らせ

12月29日(金)から1月3日(水)は休館です。
 1月4日(木)より開館します。

遊戯室利用のお知らせ

12月末まで北保育園の都合で遊戯室は使えません。支援センターのみの利用になります。
 12月のふれあい遊び、運動遊びはお休みします。(12月18日のふれあい遊びは行います)

12月の行事予定

月	火	水	木	金	土	日
				1 14:00~ ベビーマッサージ 絵本の読み聞かせ	2	3
4 	5 10:30~ 育児講座「な かよし音楽 会」	6	7	8 14:30~ 絵本の読み聞かせ	9	10
11	12 	13 10:30~ 育児講座「お しえて!消防 士さん」	14	15 14:30~ 絵本の読み聞かせ	16	17
18 11:10~ ふれあい遊び (クリスマス 会)	19	20	21 	22 14:30~ 絵本の読み聞かせ	23	24
25 	26	27	28	29 休館	30	31

親子で遊ぼう (9:00~11:00)

- 12月 5日(火)北中根保育園 リズム遊びをしよう
- 12月 6日(水)北保育園 リズム遊びをしよう
- 12月 8日(金)中山保育園 リズム遊びをしよう
- 12月12日(火)六貴山保育園 サーキット遊びをしよう
- 12月13日(水)わかば保育園 シーツ遊びをしよう
- 12月19日(火)西保育園 新聞紙遊びをしよう

※問い合わせは、各保育園をお願いします。

園庭開放 (9:00~11:00)

保育園の園庭や室内で、子どもさんと、お家の方と一緒に遊びます。体操や手遊び、絵本などのお楽しみもあり、保育園の様子を見ることもできます。

各保育園のチラシや「遊びに行こう12月号」に日程が載っています。遊びにでかけてみてくださいね。



乳幼児の風邪予防

- 細菌やウイルスは、鼻や口の粘膜から体の中に侵入します。こまめに水分を取り、粘膜が乾かないようにしましょう。
- 細菌やウイルスの繁殖を抑えるので、湿度を保つようにしましょう。
- 室内、屋外で体温調節がしやすいように、脱ぎ着しやすい服装をしましょう。
- 室内では靴下は不要ですが、下半身(特に足首)を冷やさないようにしましょう。
- 胸の真ん中にある胸腺を刺激することで、免疫力を高める効果があるとされています。マッサージを試みましょう。



寝る子は育つ? 睡眠と成長ホルモン

睡眠の働きの中でも特に重要な働きとして、睡眠時の「成長ホルモン」の分泌が知られています。

成長ホルモンの働き

- 筋肉を増やす
- 骨を伸ばす
- 脂肪を分解してエネルギーを生み出す

成長ホルモンの分泌

- 午後10時~午前4時の間に多く分泌され、夜中の2時ごろにピークを迎えます。
- 眠りについてから約2時間後に分泌されるといわれています。

※遅くとも21時までには、寝かせてあげられるといいですね。



家族で年末年始を楽しもう!

お正月は、1年の幸せを運ぶために、それぞれの家にやってくる「年神様」をお迎えする行事です。

お正月豆知識

こんなお正月遊びがあるよ

- 大掃除..... 神様をお迎えするために一年の汚れを落とします。
- 年越しそば..... 細く、長く、長寿であることを願い大晦日に食べます。
- 門松..... 神様が迷わずやってこれるように、目印として玄関に飾ります。
- しめ縄..... 不浄なものや災いをもたらすものが、入り込まないようにします。
- 鏡餅..... 年神様へのお供え物であり、鏡餅に年神様が宿るとされています。
- おせち..... 神様にお供えする料理です。

日本の伝統を家族で楽しみ、子どもさんに伝えていけるといいですね。

羽根つき



こま回し



たこ揚げ



かるた取り



すごろく



<センター利用のご案内>

開館日 月曜日~金曜日 9:00~12:00 13:00~16:00
(車の方は15:00まで)

* 土曜日、日曜日、祝日はお休みです