

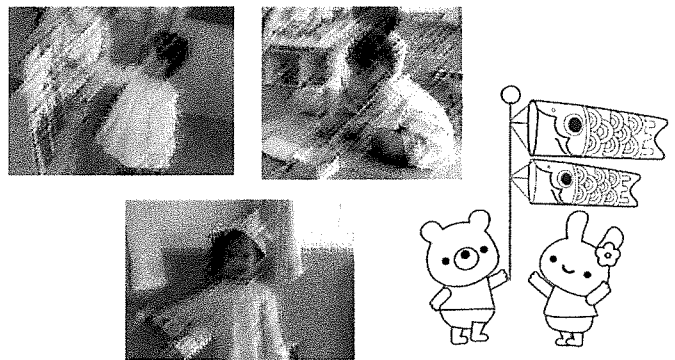
令和5年6月1日

暖かな気候が続いている今日この頃、皆様はいかがお過ごしですか？今月は“散歩に行こう！”という行事があります。天気の良い日には周辺を散歩したり、花や虫などを探しに行ったりしたいと思っています。また、お家の周りにも違った花や虫などがいると思うので、お子さんと一緒に探してみるのも楽しいと思いますよ！支援センターに遊びに来る際には、帽子と水分補給のための水筒などを用意してきてくださるといいと思います。たくさんの方のご利用お待ちしております！

4月28日 こどもの日の行事をしました！

1人のお友達が遊びに来てくれました。こいのぼりの絵本を見て、新聞紙で作った兜をシールで飾りつけ！事前に作っていた“こいのぼり”を持って写真を撮りました。

こども園のこどもの日の集いも見学に行き、“はっけよいのこった！”と元気にお相撲をしている様子を見せてもらいました。



『ピノキオさん』の読み聞かせがありました！

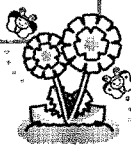
支援センターでは、月に一度“読み聞かせ”を行っています。偶数月は職員が、奇数月は『ピノキオさん』に来てもらって、楽しい絵本を読んでいます！5月17日の読み聞かせでは、利用者さんはいませんが、こども園のうさぎ組・こあら組の子ども達が観に来てくれました！

毎回違う絵本を読み聞かせしているので、ぜひ観に来てください。

6月の予定

- 13日～16日 散歩に出掛けよう
- 21日 読み聞かせ

お散歩カードをもって、出掛けたいと思います！



7月の予定

- 3日～6日 七夕製作
- 7日 七夕・読み聞かせ

※子育て講座を予定しています。詳細は7月号でお知らせします。



*お問い合わせ先 子育て支援センターなかよし
0125-74-4890



『寝る子は育つ』は本当のこと

0・1・2歳児の睡眠は、脳と体の発達を促す時間でもあります。0・1・2歳児の1日の睡眠時間は11～14時間が理想だと言われています。寝ている間に筋肉や骨の成長を助ける成長ホルモンや睡眠リズムに影響するメラトニンが分泌されます。また、五感を使って得た様々な情報が記憶として整理・定着するのも睡眠中だと言われています。睡眠時間が短くなると、記憶力が低くなったり、集中力がなかったり…。睡眠のリズムはだいたい3歳頃から安定したリズムで寝られるようになります。それまでは、寝る時間や子どもが安心して寝ることができる環境を整えていくことが大切です。