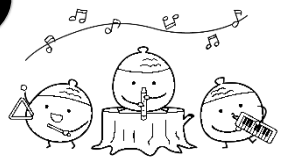
AOSSA 子育て支援室NEWS

第１２４号



福井の風物詩、越前ガニを、あちらこちらの魚売り場で見かけるようになりました。本格的な冬の到来です。雨や雪でお外へ出づらくなることも多くなる季節。室内でもできる楽しみをみつけて、身体をうごかしたり、スキンシップをしたりしていきたいですね。

『赤ちゃんと冬を快適に過ごしましょう』

①赤ちゃんは体温調節が苦手です

この季節は１０～１５度の気温差があります。衣服で調節しましょう。
ベストなど着脱しやすいものを使いましょう。

②赤ちゃんの睡眠を快適に

☆暑さ、寒さは背中で感じています“ママの手を襟首に当ててみて！”

「暑い」→襟首を触ると「汗をかいている」→１枚「脱ぐ」
「寒い」→襟首を触ると「私の手より冷たいような気がする」→１枚「着る」
「ちょうどよい」→温かい

☆暑いときも寒いときも泣きます

「暑いよ～」→「“汗をかいて”体温を下げます」
「寒いよ～」→「“大泣きして”体温を上げます」

※人間は、寒い事は、死ぬことにつながることを知っています

③眠るときのお部屋

部屋を暖かくするより、お布団を暖かくしてあげましょう。
♪赤ちゃんも、布団に入るときヒヤッとするのは嫌いです。
湯たんぽやアンカを置いて布団をかけておきましょう。
♪ペットボトルにお湯を入れてお布団に入れておく方法も良いですね。

④しもやけについて

手足をお口でなめると冷たくなります。
ママの手で“もみもみ”してあげましょう。

⑤身体を動かしましょう

寝返りができない赤ちゃん→身体を横に向けて
→うつ伏せにして→ハイハイの基本姿勢　≪筋トレの効果があります≫
♪身体を動かしてあげると発達が促されます。
♪筋力がついてくると、よく眠るようになります。

「ベビーマッサージ～8 か月までの赤ちゃん対象」の講座
子育てマイスター　川端起代美　助産師より

当支援室では、季節ごとに日本の伝統の行事を取り入れて、親子が身近に親しめるような取り組みをしています。

「アオッサ劇場」

今回はスタッフ手作りの人形が登場する寸劇をしました。

♡アンパンマンの仲間たちと一緒に遊んだよ

・「とんとんとん　アンパンマン」のお歌で「Ｃｕｐｓ」

“トントン トトトン トントントン♪”のリズムで進みます。だんだんテンポが速くなるので、子どもたちはその速さびっくりしていました。

・「ララララ　アンパンマン」でふれあいあそび

歌に合わせて、アンパンマンの仲間が登場！そして、
お母さんのお膝で“たか～い たか～い”。笑顔があふれていました。

・「アンパンマンのパラシュート」

寝転がると、プラネタリウムのようにアンパンマンとその仲間たちが見えます。思わず親子で手を伸ばしていました。とてもファンタジックな世界に引き込まれていきました。

♡「おおきなかぶ」のペープサート（紙人形）

「♪カブをひっぱるおじいさん」のお歌も覚えて、“うんとこしょ、どっこいしょ”とみんなでかけ声をあわせて、おおきなカブが抜けました。
登場した人形が、子どもたちと遊びました。指をさしたり、さわったり、持ってみたり、人形の素材や大きさなどを触れてみることもしました。

次回は･･･1月26日(金)
『オニはそと！ふくはうち』です。おたのしみに～

☆つぶやき☆

ブロックをたか～く積み上げて遊んでいたＤくん、
そこへＨくんがトコトコとやってきて倒してしまいました。
Ｄくんは「ごめんね、僕が高くしすぎちゃったから倒れちゃったね」
とＨくんに声をかけていました。その姿にＨくんのママは「遊んでいるのを邪魔してしまったのに…優しく声をかけてくれたお兄ちゃんありがとう！」と感謝。
感激いっぱ～～いの出来事でした。