



心の花束

様似町子育て支援だより

令和4年3月

今年は、雪かきの回数が少ないと思っていましたが、時々振る雪の量が多く、雪かきにぐったりする方がいたのではではないでしょうか？札幌市の方では、大雪に見舞われ公共交通機関がストップしてしまい、沢山の方々の生活に影響が出てしまいましたね。私たちの住む町でも同じように大雪に見舞われてしまったら、もっと混乱することがあるかもしれないと思うと、とても心配になりました。地震や津波だけではなく雪にも備えが必要ですね。

新型コロナウイルス感染の猛威がなかなか収まる気配がない中、3月は移動の多い時期でもありますので、感染対策に心掛けお過ごしください。



【おはなし会】

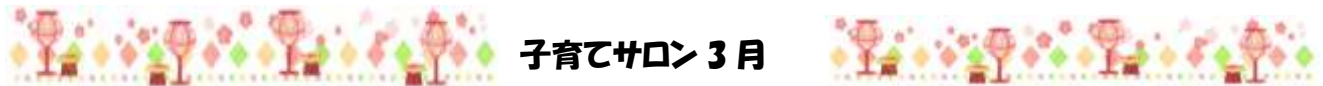
日時 3月9日(水)10:30~

※司書による絵本の貸し出しや読み聞かせがあります。



【いちごの正しい食べ方】

いちごのビタミンは果物の中でトップクラス！ただし、いちごのへたを取ってから水洗いをする。と50%~60%も流れ出してしまうそうです。包丁で白い部分まで取ってしまうと栄養価が大幅にダウン！へたは手で取り除き、牛乳や練乳など脂質と一緒に食べて吸収率をあげましょう！



子育てサロン 3月

	室内遊び 10:00~12:00		
幼児センター ひまわり組	8日(火曜日)	9日(水曜日)	10日(木曜日)

※幼児センター玄関からではなく、ひまわり組の入り口（園庭側）からお入りください。

※保護者の方は、マスク着用をお願いします。



《子育て相談》

- 相談日・・・土曜・日曜・祝祭日を除く月曜日～金曜日
- 時間・・・午前9時～午後5時まで
- TEL・・・36-5521 *FAX・・・36-2203
- 〒058-0015 様似町錦町1番地の8（様似町立幼児センター子育て支援係）
- *電話・面談・訪問のいずれも受け付けています。気軽にご相談ください。

【子育て豆知識 生活リズムと子どもの発達】

大人になると、基本的に生活リズムは変わりませんよね。仕事やレジャーの都合で変わることはありますが、一時的なものです。でも、子どもの場合は【発達】していくので、生活リズムが変わっていきます。睡眠サイクル（睡眠の時間・回避・タイミングなど）、授乳リズム、離乳食、遊び、排泄、着替えなどの基本的な生活習慣の要素がどんどん変わっていきます。午前中にまとめて目覚めている時間が出来たら【遊び】が生活リズムを整えるうえで大事になります。十分遊べていないと、その後の授乳や食事・睡眠が上手くいかないことも…。赤ちゃんとの生活がグズグズしてきたら【遊ぶ】・【寝る】・【食べる】の3つの要素の順番・時間・内容を見直すと良いでしょう！



沢山遊
ぼう！



美味し
いね！



おやす
み～



小学校の校庭にある築山が雪で覆われた日、子ども達は雪遊びを楽しみました。築山を滑りおろする方法は“そり”ではなく“おしり”でした。楽しそうな声が沢山聞こえました。



幼児センター年長組の子ども達が、放課後児童施設「ひまわり」の見学に出かけました。いつもと違う玩具が沢山あり楽しそうでした。小学校生活楽しみですね！

【編集後記】

雪遊びを全身で楽しむ子どもたちの姿を見ると、自然と笑顔になりました。自分も小さかった時、寒さを忘れて楽しんでたな…。今は怪我のことばかり考えてしまいます…。