

# 心の花束 1月号

様似町子育て支援だより

令和6年1月

新年あけましておめでとうございます。今年の干支は「辰」年です。どんな年になるかという  
と植物が成長するようにどんどん勢いを増して増えていくという意味があるそうです。また、努  
力してきたことが実を結んで成熟する年だそうです。聞いただけでワクワクしますね。ここ何年  
も良い話が聞かれないので、是非、今年は笑いの絶えない年にしたいものです！

年末には、インフルエンザや新型コロナウイルスに感染する方が多く、小学校や中学校では学  
年閉鎖になっていました。まだ、家族に体調不良の方がおられるところは、一日も早く皆さんが  
元気に回復されることを願っております。

## 子育てサロン 1月の予定

	室内遊び 10:00~12:00		
幼児センター ぱんだ組		10日(水曜日)	11日(木曜日)
	16日(火曜日)	17日(水曜日)	18日(木曜日)
	23日(火曜日)	24日(水曜日)	25日(木曜日)

※幼児センター玄関よりお入りください

### おはなし会

日時 1月10日(水)  
10:30~

※読み聞かせや絵本など貸し  
出しがあります。

### 雪遊び

日時 1月12日(金)  
10:00~

※外遊びの準備をお願いします。  
参加される保護者も同様。

### お父さんと遊ぼう

日時 1月20日(土)  
10:00~11:00

場所 幼児センター  
ぱんだ組

### 【子育て豆知識】 子どもの睡眠時間はとても大切

子どもの睡眠時間は、体や脳を作るためにとても大切な役割を果たしています。だいたい幼稚園児だと夜は8時に寝て10時間、小学校低学年くらいでは夜9時に寝て9時間は必要だとされています。「睡眠時間が同じなら夜10時に寝ても良いのでは？」と思うかもしれませんが、朝8時に起きることになると、時間がなく朝ご飯も食べられずバタバタ慌ててしまいますね…。しっかり、朝ご飯を食べ気持ちや体に余裕を持たせてあげたいものです。お父さんやお母さん方も忙しく大変なことと思いますが、まずは、小さなお子さんのことを優先してあげてはいかがでしょうか？毎日、たっぷり睡眠時間をとっている子は、朝からエネルギッシュに活動していますよ！



今月の子育てサロンは、おもちゃつき会、クリスマス会、救急法講習会などの行事があり、沢山の親子に参加していただきました。また、クリスマス製作ではお母さんと一緒に飾りつけを楽しむ姿が見られました。



放課後児童施設ひまわりでは、小学校の中庭で雪遊びを楽しんだり、参加人数は少なめでしたがクリスマス会を行いました。体調を崩す子が多かったので、早く元気になってほしいです。



### 【子育て相談】

◎育児の不安や子育ての悩みなどの相談を受けています。ひとりで悩まずに気軽にご相談ください。

- ・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。