



心の花束

様似町子育て支援だより

令和5年3月

3月にはいると少しずつですが春を感じるようになりますね。最近、日も長くなりお日様の暖かさもちがいが良いと感じますね。今まで行動制限もあり大変不自由な思いをしながら過ごして来ましたが、元の生活を取り戻しつつあります。

何かと忙しいこの季節は、卒業式や新生活に向けての準備に追われ、あっという間に時間が過ぎていきます。体調を崩さず、忙しい毎日を元気に過ごしてくださいね。



子育てサロン 3月の予定

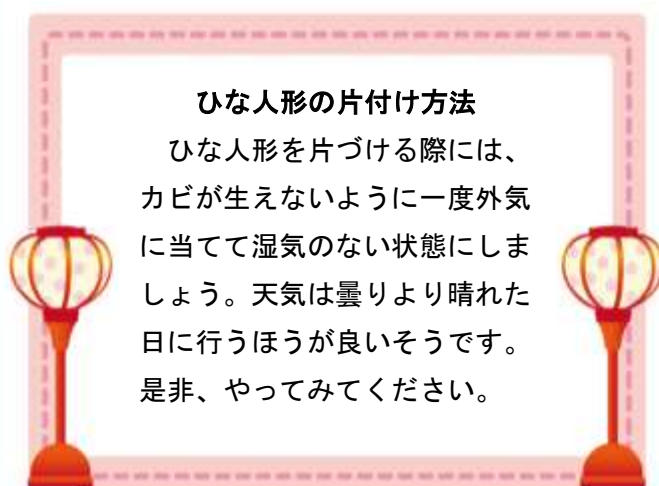
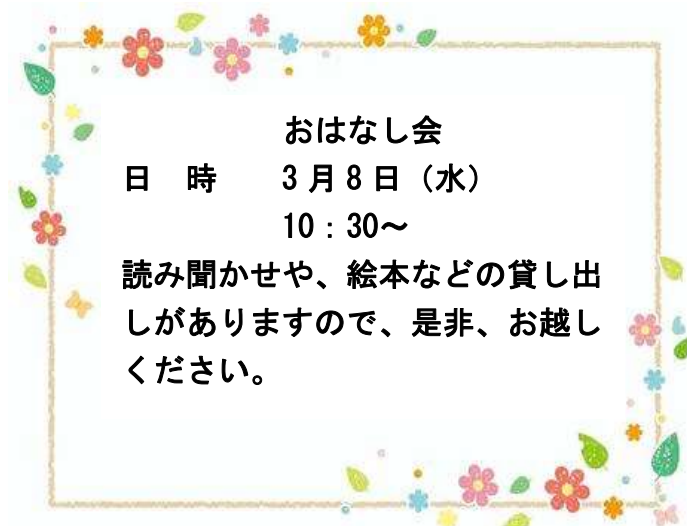


幼児センター（幼稚園側）の玄関よりお入りください。部屋はぱんだ組です。

	室内遊び 10:00~12:00		
幼児センター ぱんだ組		1日（水曜日）	2日（木曜日）
	7日（火曜日）	8日（水曜日）	9日（木曜日）

※保護者の方は、マスク着用をお願いします。

※都合によりサロンを中止する場合はメールなどでお知らせいたします。



子育て豆知識



“♡子どもは抱っこが大好き♡”



抱っこをすると、泣いていた子が泣き止んだり、安心した表情を見せてくれたり“抱っこ”には凄いパワーがあります。何となく大人の方もそれを感じていると思いますが、忙しい時に限って“抱っこ”と言ってくるよね…。「今、忙しいから」とか「抱き癖がつくから」と後回しにしていまいがちですが、実は、抱っこを沢山してあげると、五感や筋肉が刺激を受け脳の発達へとつながるそうです。また、温かなスキンシップは“安らぎ”や“リラックス”をもたらしてくれる「オキシトシン」という物質が沢山生まれるそうです。これは、私たちの体を作る安らぎの物質で、親子の絆を深めストレスや痛みを軽減、学習効果が高まるといわれています。これはどちらか一方ではなく、両者の脳から分泌されます。沢山抱っこされることで子どもの心が安らぎ、親もいとおしさが増しお互いの愛情が深まります。美味しいものを食べたり、お風呂に入ったりすることでもこのオキシトシンは分泌されるそうです。

遅い時間に帰宅し、子どもがぐずる中で夕食の準備…悪循環ですよ…。



夕食を作る前に皆で暖かいお風呂に入り、今日一日の出来事など沢山話をしてスキンシップをはかってからの夕食準備など
試してみはどうでしょうか？

案外、落ち着いて気持ち良く夕食準備ができるかもしれませんよ！



【子育てサロン】今月は、沢山の親子が遊びに来てくれました。可愛い姿をみてお母さん方の笑顔がいっぱいでした。



【放課後児童施設ひまわり】玄関前の雪山で遊ぶ男の子や、クラスメイトと楽しく遊ぶ姿が見られました。楽しそうでしたよ！



【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。