

吉田保育所 ほほえみつうしん

2013ねん
1~3がつ

益田市水分町7-50
社会福祉法人ほほえみ福祉会
TEL 0856-22-1730
FAX 0856-22-1754
http://www13.ocn.ne.jp/~yosida-h/

明けましてあめでございます！昨年もたくさんの方が吉田保育所のサロンに来て下さり、子ども達や職員も楽しく交流できた事をうれしく思っています。ありがとうございました！

今年もどんな出会いがあるか楽しみにしています。是非、遠慮なく吉田保育所のサロンに遊びに来て下さいね！今年も子ども達のパワーに負けず元気に過ごしましょう！今年も宜しくお願いします！

寒くなり、朝起きづらい季節になりました。最近、我が家では、中学1年の娘に朝なかなか起きられないので「夜は早く寝るようにしようね！」と声をかける日々が続いています。皆さんのご家庭ではどうでしょうか？

わたしは、11月21、22日に浜田のいわみーるで行われた「障がい児保育推進研修」に行ってきました。そこで、「気になる子どもに対する気づきと支援」というテーマで広島大学大学院 教育学研究科 七木田 敦 教授の話をお聞きしました。その中で、幼いお子さんの育児をされているご家族の方々の子育てに役立つと思う内容がありましたので、お知らせします。

ひとつは、社会現象にもなっている夜型の生活です。近年では、親の仕事が遅かったり、テレビがついていたり、夜10時以降起きている1歳児は年々増え、2000年には54%という結果がでているそうです。2010年には睡眠の重要性を伝えてきて、早寝早起きの子どもが増えたそうです。では、なぜ乳幼児期の夜更かしはよくないのでしょうか？

- ・昼間の情緒不安定 遊びなど経験不足
- ・自律神経が十分に機能しない 体温調節、内臓免疫機能低下
- ・自閉的行動を誘発
- ・社会性、知的能力への悪影響

*特に睡眠が脳の発達に影響し、学習能力の低下につながる。また、睡眠中に脳幹からセロトニンが神経に分泌されるが、睡眠が少ないと分泌が少なく攻撃的暴力的になるそうです。

気になる行動がもしあれば、生活リズムを見直すこともひとつの策として改善につながるかもしれません。

もうひとつは「じゃれつき遊び」が抑制する力を育てるのに良いということです。例えば、今はここで座って食べる、絵本は座って落ち着いて見るということができない。また、話をおちついて聴けないなど、動きたい衝動にかられるとそれを抑えきれないお子さんもいらっしゃると思いますが、じゃれつき遊びは、動きたいという感情を抑える、衝動を抑える能力をアップさせるのによいそうです。

「じゃれつき遊び」とは、抱っこやおんぶ、こちょこちょと体をこそぶる、一緒に転がるなど、激しく楽しい刺激です。じゃれつき遊びを取り入れている保育所では終わるきっかけとして30分すると「おしまい」と言ってみんなで片づけるそうです。

興奮を育てると抑制する力が育つということでした。家庭では、30分という時間にこだわらず、「あともう一回おんぶして一周回ったらおしまいね！」などその時に終わるタイミングとしての約束を決めて、子どもとのスキンシップの時間として親子や子ども同士兄弟で楽しむ時間としてされてみるのもいいかもしれません。これから寒い冬の時期、室内での遊びのひとつとしてちょうどうよいですね！



ほほえみサロン

子育て中の親子のための保育所開放です
園児達と一緒に過ごして下さい。
保育所の給食をお試し下さい。

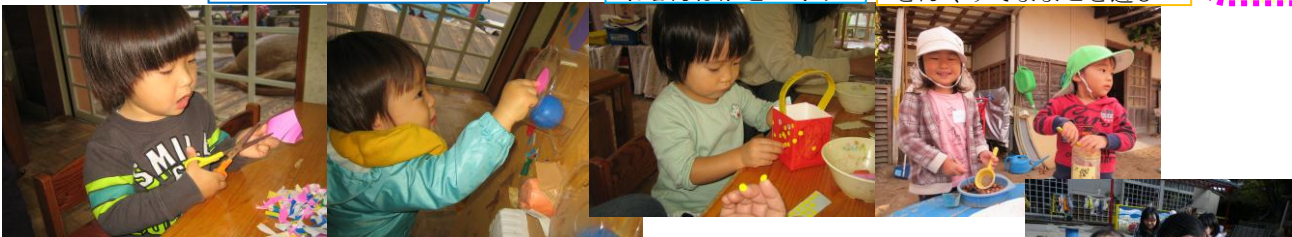
とき 毎週月曜 AM9:00~12:30
ところ 吉田保育所
申込み 前日までにご連絡下さい。
定員一日5組。
利用料 食費：親子で300円

予 定 表

- 1月
7日「はい！とったよ！」(絵カード取り遊び)
21日「ふうせんつきあそび！」(室内コーナー遊び)
*ママのリフレッシュタイム(美容エステ)
28日「くるくるだこをつくろう！」(制作、室内コーナー遊び)
- 2月
4日「バイキンマンに、えい！」(新聞豆まき)
18日「大きな紙にかいてみよう！」(外遊び)
*ママのリフレッシュタイム(美容エステ)
25日「おだいきさまとおひなさま！」(おひなさま製作)
- 3月
4日「ふわふわ、きもちいい！」(小麦粉粘土)
11日「はっけよーい、のこった！」(おすもう遊び)
18日「かきの木マン！参上！」(パネルシアター)
25日「みて、みて！できたよ！」(室内運動遊び)
*ママのリフレッシュタイム(美容エステ)

*予約がいっぱいの場合他の曜日でも親子で遊びにきていただけます。遠慮なくお申込み下さい。

サロンの様子 段ボール人形づくり おさんぽかごづくり どんぐりでままごと遊び



砂遊び

グラントワ無料託児つきイベントのご案内

- 1月6日(日) 新春公演 今福優と石見神楽の世界 福を打つ男
場所 大ホール 時間 13:30 開演(開場 30分前)
- 1月13日(日) 益田系操り人形 グラントワ公演
場所 小ホール 時間 13:30 開演(開場 30分前)
- 3月23日(土) 海援隊トーク&ライブ 2013 in 益田
場所 大ホール 時間 開場17:30 開演18:00 (託児あり)

*くわしくはグラントワはまでお問い合わせください

ご案内

「親子ニコニコ交流日」
市民学習センターふれあいサロン「ニコニコの部屋」でお過ごし下さい。

親子交流日
毎週日曜 祝祭日
午前10時~午後5時
雨の日も、寒い日も、暑い日も楽しく過ごせますよ。
予約も利用料も必要ありません。どなたでもお気軽にお入り下さい。

一時保育のご案内

急に一日だけでも、週2~3日でも、お気軽に保育をご利用下さい。

1ヶ月に15日まで利用できます。

<利用料>	(一日料金)	(半日料金)
0才のお子さん	1,900円	1,100円
1~2才のお子さん	1,800円	1,000円
3才以上のお子さん	1,700円	900円

*6時半以降は延長保育料金が必要です。

- 7時までプラス100円
- 7時半までプラス200円

*日曜、祭日も一時保育をご利用できます。

日曜日は給食がありません。お弁当をご用意下さい。

<利用料> 2000円(半日料金はありません)

☆2日前までにご連絡下さい。

初めての場所、知らない人たちの中に突然おいていかれた子は不安でいっぱいになります。

できるだけ、ご利用日までにお子さんと一緒に保育所に遊びに来て下さい。サロンへの参加も歓迎します。

一度でも訪問しておくと、お子さんは早く慣れることができますし、親の方も、子どもたちが保育所でどんな風に過ごしているのかわかって、安心できますよ。

親のリフレッシュは
安心の気持ちから！

ぞうさんのせなか

OPEN

月~土 8:00~18:00

*ご利用料金 1日 1500円

*所得非課税世帯 1日 800円

*朝夕の時間延長できます。

お気軽にご相談下さい。

○在宅で子育てされているお子さまや、幼稚園に通っているお子さま、小学3年生までのお子さまもご利用いただけます。

○詳しい利用方法は吉田保育所 TEL22-1730にお問い合わせ下さい。

○吉田保育所 HP でも詳しくご案内しています。利用に必要な諸用紙もダウンロードできます。