



H29.8.1  
 なかよし保育園  
 子育て支援センター  
 事業推進委員会  
 Tel 086-253-0249  
 ホームページ  
<http://www.kids-nakayoshi.jp/nakayoshi/>

Vol. 149



『お母さんのためのエアロビクス』をしました。手や腰、体をしっかり動かし、育児疲れをリフレッシュ！体調の悩みに沿ったポーズなども教えてもらいました。



『七夕会』に参加しました。笹飾りを作ったり、願い事を書いて飾ったよ。七夕の会では、歌を歌ったり由来の劇を見て楽しみました。

- \*サロン\*  
月～金曜日の 10:00～16:00 の好きな時間に来て子育て支援センターの部屋や、園庭で遊んでいただけます。水分補給用のお茶を持って来て下さい♪
- \*ランチタイム\*  
月～金曜日の 11:30～12:30  
お母さんが作った弁当を友だちやお母さんと一緒に食べましょう。
- \*オープンスペースについて\*  
午前中の時間に絵本の読み聞かせやふれあい遊び、ペープサート劇などの出し物を行ないます。参加してみてくださいね。天気の良い日は園庭でも遊んで頂けます。帽子、水分補給の出来るものを持って来て下さいね。

『赤ちゃんクラブ』に参加しました。保健師さんから『食中毒』に関する話や手洗いの上手な仕方を聞き、実践しました。



月	火	水	木	金
	1 オープン スペース	2 石井学区 すこやか相談 (午前サロン)	3 サロン	4 サロン
7 サロン	8 オープン スペース	9 離乳食講座 (午後サロン)	10 サロン	11 サロン
14 サロン	15 サロン	16 サロン	17 サロン	18 サロン
21 サロン	22 感触遊び	23 サロン	24 サロン	25 サロン
28 サロン	29 オープン スペース	30 サロン	31 サロン	

予定の詳細について

**石井学区すこやか相談**

日 時：8月2日(水)  
13時30分～15時  
(この時間中に自由にお越しください)  
場 所：なかよし保育園 子育て支援室  
対 象：0歳児の石井学区にお住まいの方  
持ち物：親子手帳(母子手帳)  
※身体測定をしたり、保健師さんに相談ができます。

**食育講座(栄養士による)**

日 時：8月9日(水)  
10時～(時間厳守で始めます)  
場 所：なかよし保育園 子育て支援室  
講 師：多田麻由美先生(管理栄養士)  
定 員：8名  
持ち物：エプロン、三角巾、マスク、拭タオル  
※予約をお願いします。  
※子ども達は同じ部屋で託児をして待っています。

**感触あそび**

日 時：8月22日(火) 10時～(時間厳守)  
場 所：なかよし保育園 子育て支援室  
定 員：20名  
※片栗粉、寒天などを使って感触遊びや水遊びを予定しています。大人も子どもも汚れてもよい服でお越し下さい。  
※要予約！定員になり次第締め切りとなりますので、ご了承下さい。

♪9月の予定♪

9月も暑い日が続きますので、水分補給のお茶、帽子を持って来て下さい。

- ◎9月20日(水) 赤ちゃんクラブ 10時～(時間厳守)  
対象：0歳児(座談会や保健師さんのお話があります。)
- ◎9月28日(木) リトミック 10時～(時間厳守)  
対象：1歳半～2歳半 音楽やピアノに合わせて体を動かして遊びましょう。
- ◎9月26日(火) ミニ運動会
- ※8月10日(木)～15日(火)まで水遊びはお休みです。
- ※追加の行事が入ったり予定が変更になったりすることもありますので、ホームページなどで確認して下さい。

子どもの話に、愛情ある言葉で、返事していますか？  
～褒めるとき 叱るとき 怒るとき～

子育ては日々の小さな出来事の積み重ねであり、ときに衝突や危機が発生する。それらは必ず何らかの結果を生み、子どもの人格の形成や自尊心の育成に影響を及ぼす。親は子どもが成長して、礼儀正しく、慈悲心と責任感と思いやりを持つ人になるように願っている。

わが家の孫は、ご多分にもれず行儀の悪いふるまいをしたり、言ったりするようになった。親はその行動に反応して、どうしても脅したり、口やましく言ったりしたくなる。ひどい嫌みが感情を傷つける「何度同じことを言わせるんだ、耳が聞こえなくなったのか」「一体どうしたって言うんだ？お前は頭がおかしいのか」などの決まり文句は必要ない。子どもの話に親がどう受け答えるかによってその雰囲気は明るいものにもなれば暗く陰鬱なものにもなります。聞き手の親が、ふるまいや行動を批判・非難するのではなく、気持ちをくむ言葉をかけてやれば緊張も和らぎとげとげしさも消える。親のコミュニケーションの仕方によっては、知らず知らずのうちに子どもの可能性の芽を摘み取ってしまう、子どもの脳力を開かせてやるには、子どもをけなすような言葉は控え、共感と思いやりを持って子どもと会話をする努力をしよう、これは子どもの能力を伸ばすうえで重要なことだと言われる。

子どもは、しばしば親と会話することを拒む。説教されたり、嫌みを言われたり、批判されたりするのが嫌なようである。一方、親はしばしば子どもに怠け者、軽率、わがまま、無神経、無責任と言ったレッテルを張り、ルールをつくり、制限を課すことをする。これを実行させることはたやすいことではない。

体罰はふつう脅しや説得など通常の手付けの手段が通用しないとき最後の手段として用いられる。たいていは、我慢が限界に達し怒りにかられてたたく体罰を子育ての処方箋にしたいと強く思っている。

親は度量と寛容さを持ち、思いやりや愛情のこもった言葉を必要とする、子どもを怒られたり、傷つけたり、自信を失わせたり、自分の脳力や価値を信じる気持ちをなえさせたりしないように話すことを学ぶ必要があります。そして、子どもの感情は、言葉、声音、身ぶり、姿勢などに表れる、私たち親に必要なことは、これにしっかりと聞く耳と見る目と感じる心を常に忘れることなく、子どもの話を聞き、寛容さや思いやりのこもった言葉で返事をしてやることだと思う。

地域子育て支援センター事業推進委員会委員 高橋 裕

あかちゃん  
たいこ

阿部直美・作詞・作曲

①せなかのたいこを トントコトン

②おしりのたいこを トントコトントン

③おなかのたいこを トントコトン

④あかちゃんたいこを トントコトントン

やさしくリズムをかんじ

1.せなかの } たい こ を トン トコ トン

2.おなかの } たい こ を トン トコ トン

{ お し り の } たい こ を トントコトントン

{ あ か ちゃん } たい こ を トントコトントン

『ご注意ください！お肉の生食・加熱不足による食中毒』

食中毒というと夏に多いイメージがありますが、実は一年を通じて発生しています。原因は、「細菌」「ウィルス」「自然毒」などがあります。「腸管出血性大腸菌」「カンピロバクター」などの細菌による食中毒は、夏季に多く発生しています。これは、細菌が高温多湿を好み、梅雨から残暑にかけて増殖が活発になるからです。

**※肉の生食や加熱不足の肉料理は避けましょう。**

腸管出血性大腸菌などの細菌は、家畜などにいる細菌なので肉に付着する菌をゼロにすることは非常に困難です。ただこれらの細菌などは熱に弱いので、十分加熱して食べれば食中毒にはなりません。食中毒を防ぐためには、生食や加熱不十分な肉の料理を食べないことです。また、**内部まで十分加熱してから食べましょう。目安は肉の内部の温度が75度で1分以上加熱することです。**例えば、ハンバーグなら、竹串を刺してみて肉汁が透明になり、中の赤身がなくなった状態になれば加熱は十分です。焼肉・バーベキュー等、自分で焼きながら食べる場合も十分加熱し、生焼けは食べないようにしましょう。

**※食中毒予防の三原則「つけない」「増やさない」「やっつける」**

家庭でも、食材を買う時から、保存、下準備、調理、そして食べる時まで各段階で、手洗い・洗浄・冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に保つ・肉や魚は十分に加熱し、中心部分の温度が75℃で1分間が目安など細菌やウィルスを「つけない」「増やさない」「やっつける」ことを実践することが大切です。

政府広報オンラインより抜粋