



Vol. 167

H30.2.1  
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/



### オープンスペースでの遊び

大型カルタをしました。動物の名前を言い取り合いました。お母さんたちの声援を受ける子どもたちは、楽しく0歳児もかかわってあそぶことができました。

### 赤ちゃんクラブ

保健師さんによるミニ講座「スキンケアについて」を聞きました。又、育児についての悩みで薬の飲ませ方や離乳食について、紫外線などについて話し合いをしました。



### \*サロン\*

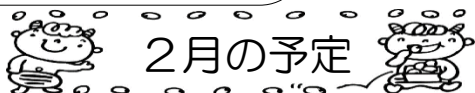
月～金曜日の10:00～11:30 12:30～16:00  
好きな時間に来て子育て支援センターの部屋や、園庭で遊んでいただけます。  
水分補給用のお茶を持って来て下さい♪

### \*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(毎週火曜日)

みんなで遊んだり、親子で玩具や戸外などで遊びましょう。  
午前中の時間に絵本の読み聞かせやペープサート劇などの出し物を行います。参加してみてくださいね。



月	火	水	木	金
				1 午前:サロン休み (豆まきの為) 午後:サロン有り
4 サロン	5 オープン スペース	6 午前:サロン有り 午後:サロン休み (新入児健康 診断の為)	7 サロン	8 サロン
11 振替休日 お休み	12 オープン スペース	13 サロン	14 午前:サロン休み (トミックの為) 午後:サロン有り	15 サロン
18 サロン	19 オープン スペース	20 サロン	21 サロン	22 サロン
25 サロン	26 オープン スペース	27 午前:サロン有り 午後:サロン休み (会議の為)	28 サロン	

### 予定の詳細について

#### 豆まき

日時:2月1日(金)  
10時00分～11時30分  
(時間厳守でお越し下さい)

場所:なかよし保育園 子育て支援センター  
※申し訳ありません、満員になりましたので  
予約を締め切らせていただきます。



#### リトミック

日時:2月14日(木)  
10時00分～11時00分  
(時間厳守でお越し下さい)

場所:なかよし保育園 子育て支援センター  
講師:赤岩 千恵子 先生  
※申し訳ありません、満員になりましたので  
予約は締め切らせていただきます。

#### サロンお休みについて

- 2月6日 午後は新入児健康診断の為  
午後はサロンお休みです。
- 2月27日 支援センターの会議の為  
午後はサロンお休みです。

### ♪3月の予定♪

- ◎3月 1日(金) ひなまつり会 10時～11時30分
- ◎3月 7日(木) 赤ちゃんクラブ 10時～11時30分
- ◎3月 26日(火) お別れ会 10時～11時30分

※変更のある場合はホームページで確認をお願いします。  
※全て1ヶ月前より予約が可能です。支援センターの来園時や、センターの開園時間内に予約して下さい。  
また、定員になり次第締め切りの講座もありますので、ご了承ください。



## 子育ての基本

夫婦円満が子育ての基本であることは、今も昔も変わりません。「子供の目の前で夫婦喧嘩をするな」と育児所にも書いてあります。

幼い子供にとっては、両親が全てですから、二人のけんかはそれを理解することができない幼児の心を深く傷つけてしまいます。夫婦は、子供への影響を考えて、「お互いになるべくけんかをしないようにしましょう」と約束をかわしてください。それでけんかがなくなるわけではないでしょうがある程度、自制する効果はあるようです。

中学生にもなると世の中のことがわかってくると、夫婦げんかの事情もわかってくるし、格別激しいものでないかぎり、それほど気にすることもありません。「またやってる しょうがない」ぐらいの感じだと思います。

孫が言うには「一番嫌なのは、けんかそのものじゃなくって 両親がお互いに言いたいことを押し殺して睨み合っているような緊張した雰囲気」だと言うのです。

「両親をいい夫婦だ」と思っている子供は決して非行化しない言われていることを親は肝に銘じておくべきです。



子育て委員 小野 和子

## 冬に注意したい乾燥・冷えによるトラブル

冬になると、空気が乾燥してきます。この時期、園で増えてくるのが「肌のカサカサ」などの肌のトラブル。手や顔など外気に触れやすい部分の肌が荒れて、赤くひび割れることもあります。又、「しもやけ」は、気温が低下して、手足などの血流が滞って起こります。

冬の冷えは、抵抗力が落ちて「風邪」をひきやすくなったり「便秘」になりやすかったりします。便秘は通年見られる症状ですが、冬は、「水分を摂らなくなる」などの悪化する要因が増える時期です。

気がついたら、早目にケアしてあげましょう。

### 手荒れ・乾燥

#### 皮膚のカサカサからくる トラブルを防ぐポイント

##### ○食後は口の周り・手の汚れ をしっかりふき取る

- ・食事に含まれる塩分が荒れた皮膚や唇に残ると痛みや炎症の原因になるので、食後は流水で洗うか、濡らしたタオル等で優しく汚れをふき取ります。鼻水もこまめに拭き取るとることも、肌荒れを防ぐポイントです。

##### ○手はしっかりふく

- ・手洗い後には、水気をしっかり拭き、拭き残しの無いように気を付けます。水分が蒸発する時に皮膚の潤いも奪われるためです。



### 便秘

#### 一日一回出ていても要注意

便秘とは、単に便が出ないだけでなく、「排便時に苦痛を伴う状態」も示します。通常、乳幼児は一日一回便が出ていても体内に残る量が多い場合は、便秘の可能性があるため注意が必要です。

##### ○水分を多めにとる

- ・冬は喉の渇きを感じにくいので、意識して積極的に飲ませましょう

##### ○おなかをマッサージする

- ・おむつ交換の際に、子どものおなかに指お2～3本軽く当てて、「の」の字を書くようにし、一日4～5回を目安にしてみましょう。

##### ○便が出やすい姿勢にしてみる

- ・1歳以上の子どもでは、息んでいる時に、便がしやすい姿勢にすることで、排便が促される場合があります。



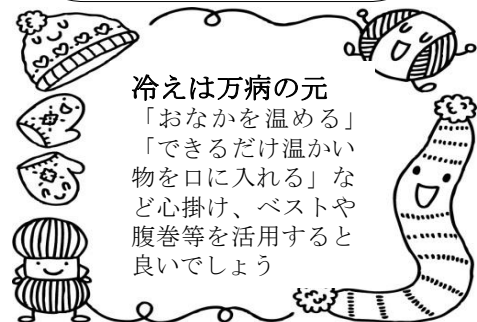
### 冷え

#### 手足の指に起こりやすい

しもやけとは、手足の指などの細い血管の血流が悪くなり、赤くはれる状態です。痛みやかゆみを伴うこともしばしばです。

##### ○保温を心がける

- ・お湯や蒸しタオルなどで患部を温めて血流をよくし、軽くさすってマッサージをします。床にマットを敷いたり、靴下を履かせて、冷えをできるだけ防ぎましょう



#### 冷えは万病の元

「おなかを温める」「できるだけ温かい物を口に入れる」など心掛け、ベストや腹巻等を活用すると良いでしょう