

地域の子育て支援通信

2024 6月

であいふれあいめぐりあい

アジサイがきれいに色づき始める季節となりました。梅雨ならではの景色があって、またこのシーズンだからこそその楽しみ方も様々にありますよね。でも、雨の日が続くと、お散歩に行けない、洗濯物が乾かない・いいことが思い浮かばないことの方が多いかもしれません。そんな時は各支援センターをご利用ください。この時期ならではの自然に触れたり、室内ならではの遊びを楽しんだりしながら親子の時間を過ごしていきましょう。

社会福祉法人 昌和福祉会

認定こども園 せんにしの丘 福山市御幸町中津原後平 7054-4 TEL: 084-955-5070 Mail: fureai@ho19.jp	認定こども園 せんだの森 福山市千田町 3-16-2 TEL: 084-955-0078 Mail: niko2@urban.ne.jp
認定こども園 みゆき 福山市御幸町森脇中ノ町 535 TEL: 084-955-0049 Mail: sora2@urban.ne.jp	子育てサポートステーション いくたす 福山市入船町 3-1-60 (ゆめタウン福山) TEL: 084-931-6606 Mail: ikutas@urban.ne.jp

ゆうゆうひろば(せんにしの丘)	にこにこひろば(せんだの森)		そらひろば(みゆき)	子育てサポートステーションいくたす
園庭開放	ひろば参加予約時間は1週間前の9時~13時の間までとさせていただきます。	1 土	ひろば参加予約時間は1週間前の9時~13時の間までとさせていただきます。	
園庭開放・ホリデー保育		2 日		休館日
①てがたあそび(午前・午後)	園庭であそぼう	3 月	電話相談日	いくたす開館時間 ◎10:00~16:00 (1時間程度)
★製作「はみがきだいすき」	自由あそび・給食体験①	4 火	カレンダー製作(1歳以上)	環境整備及び一斉消毒と換気の為 下記の時間は一旦休館します。 ●12:00~13:00 (換気・消毒)
①てがたあそび	電話相談日	5 水	カレンダー製作(0歳)	★は予約の講座です。 <いくたす子育て講座時間> (午前)10:00~11:00
おでかけ保育(千田宝公園)		6 木	電話相談日	
②てがたあそび	カレンダーをつくろう(7月)①	7 金	園庭・ひろば開放	
園庭開放	千田宝公園には駐車場はありません。車でお越しの方は、せんだの森の駐車場をご利用ください。 カレンダーをつくろう①と②は同じ内容です。どちらかの参加をお願いします。	8 土		休館日
園庭開放・ホリデー保育		9 日		地域子育て支援グループ「ほいくの園」『おでかけ運動会ごっこ』です。 <対象> 歩く子 【場所】ホトモール <1部> 9:30~10:10 <2部> 10:30~11:10 <対象> ねんねの子 【場所】ゆめタウン福山 ABC マート横 9:30~11:10 (入れかえ無し) 内容: 体を動かして遊ぼう! ※運動ができる服装で来てね 予約は不要です。 いくたすは開館しているよ!
①発育計測(午前・午後)	赤ちゃん広場「リトミック」	10 月	えほんひろば	
★6月生まれの誕生日会	電話相談日	11 火	給食・離乳食体験①	
①発育計測	カレンダーをつくろう(7月)②	12 水	ベビーとママのバランスあそび(0歳児)	
おでかけ保育(千田宝公園)		13 木	電話相談日	
②発育計測	電話相談日	14 金	電話相談日	
園庭開放	給食体験は、一度ひろばを利用していただいた際に食事についてお聞きし、2回目からのご利用となります。	15 土	給食体験は、一度ひろばを利用していただいた際に食事についてお聞きし、2回目からのご利用となります。	休館日
園庭開放・ホリデー保育		16 日		休館日
①6月のふれあいあそび(午前・午後)	簡単クッキング(対象:1歳以上)	17 月	電話相談日	
★からだあそび(0歳対象)	電話相談日	18 火	給食・離乳食体験②	
①6月のふれあいあそび	電話相談日	19 水	電話相談日	
ほいくの園運動会ごっこ(9:30~12:00)	ほいくの園運動会ごっこ(9:30~12:00)	20 木	ほいくの園運動会ごっこ(9:30~12:00)	ほいくの園運動会ごっこ(9:30~12:00)
②6月のふれあいあそび/おもちゃサロン(交)	電話相談日	21 金	電話相談日	★誕生日会(10:00~)
園庭開放	誕生月のお友だちにはワッペンをプレゼントするよ!	22 土		休館日
園庭開放・ホリデー保育		23 日		
①七夕飾りをつくろう(午前・午後)	電話相談日	24 月	電話相談日	テーマ「出産は始めの一步」 対象: マタニティママとお子様 第2子、3子を妊娠中のママ、出産が楽しみですね。でも、ちょっぴり不安なことはありませんか。マタニティママ同士で話をしましょう。
★からだあそび	午前: 誕生日会/午後: フジグラン相談	25 火	発育計測・シールあそび	
①七夕飾りをつくろう	電話相談日	26 水	おえかきあそび	
おでかけ保育(千田宝公園)		27 木	誕生日会(園行事に参加)	★ママのおはなしタイム(10:00~)
②七夕飾りをつくろう	発育計測・給食体験②	28 金	いっぱいあそぼ	
園庭開放		29 土		
園庭開放・ホリデー保育		30 日		休館日

<ゆうゆうひろば>
—せんにしの丘—
●毎週月~金曜 9:00~16:00
◎0歳①1歳②2歳以上のさーくるです
●各さーくるでは、お子様と自由に遊ぶなかで、ご相談に応じます
●ひろば参加には予約が必要で
1週間前から電話やメールで受け付けます(受付時間: 9:00~16:00)
●木曜日は地域の公園へかけています
●日祝日は、ホリデー保育をしています

<にこにこひろば>
—せんだの森—
●毎週月~金曜 9:00~14:00
●毎回8~10組の予約制です
●参加予約は1週間前からメールで受け付けます
(受付時間: 9:00~13:00)
①登録番号 ②参加日時
③子どもの名前 ④電話番号
●お気軽にご相談ください
e-mail: niko2@urban.ne.jp

<そらひろば>
—みゆき—
●毎週月~金曜 9:00~14:00
●毎回8~10組の予約制です
●参加予約は1週間前からメールで受け付けます
(受付時間: 9:00~13:00)
①登録番号 ②参加日時
③子どもの名前 ④電話番号
●お気軽にご相談ください
e-mail: sora2@urban.ne.jp

<いくたす>
—ゆめタウン福山 2階—
●毎週日~土曜 10:00~16:00
(土日は隔週開館、祝日は開館します)
●★は予約が必要な講座です
それ以外の時間は自由遊びです
●講座予約は1週間前から、電話でのみ受け付けます
(受付時間: 9:30~16:00)
●一時預かり保育をしています
前日までのご予約が必要です

<子育て最前線>

熱中症から命を守るために



熱中症警戒アラートって？

熱中症警戒アラートは、熱中症の危険性が極めて高い環境（暑熱しょねつ）環境になると予想される日の前日の夕方、または当日の早朝に都道府県ごとに発表されます。
環境省の公式 LINE でも熱中症警戒アラートを知らせています。
ともだち登録をして、予防行動を積極的にとりましょう。

発表時の予防行動

- ★外出はできるだけ控え、暑さを避けましょう
 - ・昼夜を問わず、エアコン等を使用して部屋の温度を調整しましょう
 - ・不要不急の外出はできるだけ避けましょう
- ★熱中症のリスクが高い方に声かけをしましょう
 - ・子ども、高齢者、持病のある方等は熱中症になりやすいと言われていいます。夜間を含むエアコンの使用やこまめな水分補給等を行うよう、身近な方から声をかけてあげましょう

(参照：環境省・熱中症予防情報サイト)

※福山市ではオキシダント情報も発令されます。室内で過ごしましょう



せんにしの丘 <ゆうゆうひろば>

ゆうゆうひろばでは、ねんねの赤ちゃんから園に入園するまでのお子様と親子で楽しく遊べる場所です。好きな玩具や遊具で遊んだり、お友だちと一緒に過ごしたりしています。お気軽にご利用ください。

ひろばのひとつま

金曜日は、2歳児以上のお友だちのひろばです。おもちゃの片づけが終わると、お家の人と一緒に椅子を並べて集まります。季節の手遊びや絵本をワクワクしながら楽しんでいます。リクエストがあれば教えてね。



<そらひろばでのひとつま>

小さな頃から、そらひろばに来ているAちゃん
先日、初めてそらひろばに参加したお友だちが
泣き出してしまいました
すると、さっとそばへ駆け寄り
頭をなでたり背中をさすったり・・・
すっかり大きくなったその姿に
心があったかくなるのを感じました♡
これからも、お友だちにやさしい
Aちゃんできてね◎

ほんわか
つぶやき



野菜のマラソン大会。
様々な野菜がゴールを目指して走ります！

ユーモアなことばまわしに
大人も「クスッ」と笑ってしまう場面も。
「もういっぱい読みたい！」と子どもにも大人気の絵本です。

「おやおやおやさい」

文/石津ちひろ
絵/山村造二

<福音館書店>

苦手なお野菜も、食べてみる
きっかけにしてみてもいいかも
しれないですね ^o^

<対象：2歳～>

なになに なぁに??

子育てってわからないことがいっぱい！
子どもについてのいろいろをひもといていくコーナーです。
取り上げてほしい内容があったら、ご意見をお寄せください。

こどもの「ねんね」で悩んでいませんか？

ひろばに遊びに来られる保護者からよく聞くこのお悩み。
『ねんトレ』（ねんねトレーニング）という言葉もあるようです。
子どもが自分一人で寝られるように習慣づけることを
ねかしつけというそうです。
0歳さんはまだまだおうちの人に側にいてほしい年齢ですが、
徐々に一人で寝られるようになって欲しい・・・と思いますね。
なかなか上手いかないもので・・・

「ねんね」どのように工夫していますか？

多くの保護者の方が子どもの睡眠に対して不安や悩みを抱いているのも事実。

ねかしつけは、絶対にしなければならないものではありません。また、子どもにとって「睡眠」は、すこやかな成長発育に、とても大切な時間です。年齢によって必要な睡眠時間を参考にしながら睡眠を確保していきましょう。

昼寝と合計した1日あたりの必要な睡眠時間(目安)

★0～2ヶ月 …16～20時間 ★3～5ヶ月…14～15時間

★6～11ヶ月…13～14時間 ★1～3歳…11～12時間

☆うちではこんな「ねんね」の工夫をしています☆

(先輩ババママの声)

【生活環境の工夫】

- ・おひさまの光を浴びる
- ・毎日同じ時間に寝て起きる
- ・遊ぶ部屋と寝る部屋を分ける
- ・お風呂でよく温まる
- ・室内の温度を調整する
- ・部屋を暗くする（カーテンを閉め、朝はあける）
- ・オルゴールなど音楽をかける
- ・昼寝の時間を調節する

【子どもとのかかわり】

- ・外遊びの時間を増やす
- ・指先を使う遊びをする
- ・寝る前に絵本を読む
- ・マッサージをする
- ・子どもの呼吸に合わせて背中トントンをする
- ・おんぶ、抱っこで落ち着かせる
- ・一緒に寝る（落ち着くまで添い寝）
- ・オムツを替える



家庭や子どもによって、様々な方法の寝かしつけ方があるようです。体の成長や年齢、体質によって眠り方は変化してくるので、「これが正解！」というものはないと思います。自分なりのやり方を見つけだすヒントになれば・・・

寝てくれないと用事が出来ない・・・と、ついイライラしてしまう気持ちもよく理解できます。あそびのひろばで先輩ママパパに聞いたり、身近な相談できる人と話をしてみるといい方法が見つかるかもしれませんよ。

