

12月 ちゃちゃっこ広場

NO.139 令和2年 12月
 牧之原市子育て支援センター榛原 22-0174
 牧之原市子育て支援センター相良
 080-2625-8332
 月～金(祝日は休)9:00～15:30
 *ご利用は、0歳～2歳11か月までの未就園児とその保護者の方が対象です。

子育て支援センターは、子育て中の皆さんを応援しています。お気軽にご利用ください。

冷たい風が吹くようになり、寒い冬がやってきましたが、子どもたちは元気で室内でも外でもよく動いて遊んでいますね。年末はなにかとあわただしいですが、コロナウイルスやインフルエンザ等の感染症には十分気を付けて、クリスマスやお正月をご家族みなさんお揃いで楽しくお迎えください。

子育て支援センターの利用について

◎各支援センターへ電話予約後の利用となります。
 (市内の方のみの利用となります。)

★予約日程と予約開始日時

日程	予約開始日時
11/30(月)～12/11(金)	11/16(月)9:00～16:00
12/14(月)～12/28(月)	11/30(月)9:00～16:00
R3,1/4(月)～1/15(金)	12/14(月)9:00～16:00

★利用場所と定員数

場所	定員数
子育て支援センター榛原	①② 各6組 合計12組
子育て支援センター相良	①② 各5組 合計10組

★利用時間 ①9:30～11:30 ②13:30～15:30

★利用回数は、それぞれの支援センターで確認してください。

◎検温場所の変更にご協力をお願いします。

榛原:さざんか入口の右側の検温機で、計ってください。

相良:い～ら内社会福祉協議会窓口前の検温機で、計ってください。

◎コロナウイルス流行地へ行かれた方や流行地から来た人との接触のあった方は、14日間はお利用をお控えください。

◎支援センター内での昼食の利用は、引き続きありません。

◎子育て支援センター相良への電話予約は

☎080-2625-8332までお願いします。

一おしらせ・おねがいー

- * 当面の間は園庭開放・移動子育て支援センターは中止となります。再開の際はまきはぐ総合サイト・牧之原市ホームページでお知らせします。
- * 予約来館時に誕生カードの手形をとることができます。ご希望の方は申し込みください。(カード代100円)
- * その日の気温・室温により、庭やテラスで遊べない日があります。ご了承ください。

子育て支援センター事業により、ご利用できない日時があります。

場所	午前(9:30～11:30) 利用できない日	午後(13:30～15:30) 利用できない日
子育て支援センター相良	なし	12月3日(木) 12月7日(月) 12月9日(水) 12月28日(月)
子育て支援センター榛原	12月11日(金)	12月3日(木) 12月7日(月) 12月9日(水) 12月28日(月)

* 12月29日(火)～1月3日(日)は年末・年始のお休みとなりますので御了承ください。

12月の行事・予約のご案内

参加したいものによって予約方法が異なりますので、下記の内容をご確認の上、申し込みをしてください。(※市内の方対象です。)



<ひろりんシアター> (0～2歳11か月)

12/11(金) 10:00～ さざんか 2F多目的室 定員6組

歌をうたったり、パネルシアターをみたり、親子一緒に楽しみましょう。どんなお話しがでてくるか、お楽しみに!!

- ・申し込み受付期間:11/26(木) 9:00～
- ・申し込み先:子育て支援センター榛原 22-0174

<ベビーマッサージ> (3～7か月)

12/14(月) 10:00～ い～ら和室 定員5組

赤ちゃんもママもここにこの笑顔になります! 楽しいひとときを過ごしましょう。

持ち物:バスタオル2枚、握れるおもちゃ、オイル代100円

* 当日、予防接種を受ける場合はできません。

- ・申し込み開始:11/26(木) 9:00～
- ・申し込み先:子育て支援センター相良 080-2625-8332

<ブックスタート>

絵本を介して赤ちゃんとお母さんのかかわりを深めます。みなさんの子育てを応援するスタッフの紹介もします。



日	場所	定員数	対象月
12/7(月)	子育て支援センター榛原	6組	R2・8月生まれ
12/9(水)	子育て支援センター相良	5組	

受付:13:15～ 開始:13:30～(1時間程度の内容になります)

持ち物:母子健康手帳・バスタオル・参加費100円

- ・締切:11/27(金)
- ・申し込み先:子育て支援センター榛原・22-0174

* 人数制限があります。詳しくは「まきはぐ」をご覧ください。

お問い合わせ、子育て支援センター榛原(☎22-0174)までお願いします。

* 対象月にご都合が悪い場合は、ご相談ください。





こんな活動をしました



《10月14日(水) ベビーマッサージ》

☆コロナウイルス対応のため、ずっとできなかったベビーマッサージが再開しました。赤ちゃんの嬉しそうな表情に、お母さん達もここにこ笑顔でした。

★ ベビーマッサージの効果 ★

- 1、発育がよくなる
- 2、運動能力が高まる
- 3、免疫力が高まる
- 4、消化機能が高まる
- 5、呼吸を深くする
- 6、皮膚が丈夫になる
- 7、安心感や愛情を感じる
- 8、母親も同じように、精神的な安定や産後の体の回復に役立つ

＜講師の紅林先生＞



＜講師の原田先生＞



♥ベビーマッサージは難しいものだと思っていたので緊張しましたが、やってみると簡単にできるとわかりました。



♥体をさわりながら子どもが楽しそうにしてくれているのを見て、お風呂上りやおむつ替えの時にやってみようと思いました。



♥なかなか家で2人きりだと、コミュニケーションのとり方が限られてきていたので、新しい関わり方を学べて良かったです。



☆写真はマッサージ前に、わらべ歌で遊んでいる様子です



《11月5日(木) 冬の過ごし方》

☆初めて冬を過ごす赤ちゃんとお母さんを対象に市の保健師や栄養士からお話を聞きました。



＜冬の過ごし方のポイント＞

室内の温度・湿度管理

- 温度20度前後、湿度は60%位に保ちましょう。(神経質になることはないです)
- 寒いからと、室内を温かくしすぎて厚着をすると冬でもあせもになります!
- 暖房器具を使用する場合は乾燥、やけどに注意しましょう。

衣類の着せ方

- 生後1~2か月：大人より1枚多く
- 3~4か月：大人と同じ
- ハイハイや歩きだしの時期：大人より1枚減らす
- 気温の変化を肌を感じることで、皮膚が丈夫になります。→免疫がつき、かぜをひきにくい体になります。
- 着せすぎかな?と思ったら、お子さんの背中に手を入れて確認しましょう。靴下は外出時のみでOKです。

感染症の予防

- 人混みを避けましょう。規則正しい生活、バランスの良い食事、十分な睡眠を心がけましょう。
- 家族もうがいや、手洗いをきちんとして予防を!

風邪の時の食事

- 食欲がない時は、離乳食の形態を一つ前に戻しましょう。
- 熱のある時は、水分をしっかりと与え、ビタミン、ミネラル(野菜スープや果物)をとりましょう。

☆冬の時期を元気に過ごすためにも、ママ、パパ、ご家族の皆さんが元気であることが、何よりも大切です。笑顔で過ごすことも、免疫力アップにつながるそうですよ!



♥風邪の対処方法を知ることができて良かったです。

♥赤ちゃんは言葉をはなすことができないので、常に様子を見て、変化に気づけるようにしていきたいです。

《お外で遊ぶと気持ちいいね♪》

☆先月号でお知らせしたように、天気の良い日はテラスやお庭に出て遊んでいます。外遊びをたっぷりすると、豊かな感性や脳が育ち、よく眠れる子に育つと言われていています。(高山静子「ひだまり通信」より)解放感もあるのでしょね、子どもたちは外に出ると、とっても楽しそうです。

子育て支援センター様原 [テラスday]

いないいないばあ!

ハイハイできるよ~



子育て支援センター相良 お庭



ヤッホー! いいながめ!



お砂サラサラ♪



☆テラスの開放日や外遊びができる日は、支援センター行事や天候・気温の状況で、その日にお知らせしますので御了承ください。

☆お子様から目を離さないようにお願いします。ケガのないように楽しく遊びましょう。



《10月30日(金) い~らの避難訓練(消火訓練)》

☆10月30日い~らの火災避難訓練(消火訓練)をしました。水消火器を使って火を消す訓練をしたり、消火器や消火栓のある場所を確認したりしました。空気が乾燥し、火災がより心配な季節になりました。ご家庭でも、火の取り扱いには十分気を付けてくださいね。

