



子育てコンシェルジュだより



牧之原市役所子育てコンシェルジュ（子ども子育て課内）

☎0548-23-0075

厳しい冬の寒さも和らぎ、もうすぐ暖かい春がやって来ます。
4月から保育園、こども園（保育部・幼稚園部）に入園予定の皆さんはいよいよ入園間近！
子どもは園、親は職場へと環境が変わって大変な時期を迎えます。そんな時期を乗り切るため
にはどうしたらいいのでしょうか？

入園準備 これをしておいてよかった！

— 送迎の時間に合わせて生活してみた —

起きる時間、登園時間、お迎え時間などに合わせて生活してみた。



時間配分の確認をしながら、スムーズにできるか？シミュレーションしてみましょう。天気の良い日ばかりではありません、雨の日は、傘をさしたり長靴をはいたり、車の乗り降りにも時間がかかりますね。道路も混んでいるかもしれません。想定外のことも考えて、特に園生活に慣れるまでは時間には余裕を持つように心がけましょう。



— 夫（家族）と役割を話し合ってみた —

送迎は誰が行くか、急に熱が出てしまった時や災害があった時は誰が対応するかなど、お父さんやお母さんはもちろん、おじいちゃん、おばあちゃんにも協力の有無を確認した。



些細なことでも相談することを心掛けましょう。家族と話すことで、不安やストレスの軽減にもつながります。



— 入所前に家族とのふれあいを大事にした —

家族で公園で遊んだり、散歩したり・・・今しかできないふれあいをたっぷりした。



気分転換も兼ね日常から離れて、今だけの時間を子どもとゆっくり過ごしましょう。仕事（復帰）への意欲も湧いて来ることでしょ。



入園後も子どもの心のケアを忘れずに



子どもにとって初めての園生活は緊張の連続で、急な発熱など体調を崩しやすいです。大人にとっても生活環境の変化は大変なことです。子どもは初めて経験することばかりなので、更に心のケアが必要です。

子どもと手をつないだり、ギュッと抱きしめたりしてスキンシップを大切にしましょう。一日の終わりに絵本を読んであげるのもいいですね。美しい言葉や優しい言葉が絵本を介して子どもに伝わり、何よりも親子のコミュニケーションにもなります。

子どものストレスや負担の軽減には、家族とのふれあいが重要です。子どもとの時間を大切に過ごしましょう。



わらべうた ~いっぽんばし~ 子ども達は、くすぐり遊びが大好きです。一緒に遊んでね。

いっぽんばし こーちょこちょ

たたいて つねって

かいだん のぼって

こちょ こちょ こちょ こちょ こちょ

《子どもの手の平を指でくすぐる》

《軽く手のひらをたたく つねる》

《腕を人差し指と中指で上っていく》

《わきの下をくすぐる》



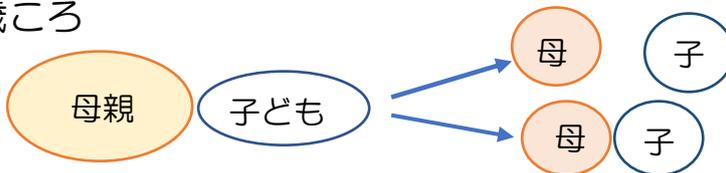
自分づくりは赤ちゃんからはじまっている！！

生まれたばかり



自我はまだ。
お母さん（環境）と一体。

1 歳ころ



ひとり遊びで周囲を探索。
「自分」の身近にある環境に気付く。

2 歳ころ



お母さんの元に戻って一安心。
お母さんは安全基地。

4 歳以降



「いや」「しない」など自分の意思がはっきりしてくる。



自分とかかわる世界が広がっていく。