



5月 かんがるーだより



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	<p>新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、当面の間、かんがるーひろばを休園しています。 再開の時期につきましては、決定次第ホームページ等でお知らせいたします。 ★ 尚、休園中も電話などで子育てに関する相談を行っています。皆様にはご不便をおかけいたしますが、ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。</p>					
10	<p>★ 新型コロナウイルスの影響で外出できない状況が続きます。おうちにこもってばかりでストレスのたまっている方、育児疲れでしんどい思いをされている方、子育てで気になることや心配なことがある方、たわいもないことでかまいませんので、気軽にお電話くださいね。お待ちしております。</p>					
17	<p>かんがるーひろば 092-963-0134</p>					
24	<p>★</p>					

・開所日時 毎週火～土曜日9:30～15:30(祝日は休み) ・★の日はお休みです。
 ・土曜日は就学前までの子どもも利用できます。
 ・大広間の利用について: 日付に○のついてる日は全日利用可、△は使えない時間帯があります。
 ・内容や大広間の開放は予定ですので、変更する場合があります。
 ・♥出張ひろば・・・かんがるーひろばがお休みの月曜日に、スタッフがいますので、ゆっくり遊べます。
 毎週月曜日 9:30～14:30(祝日は除く) 場所:新宮偕同園(新宮町上府545-1)
 問い合わせ先:新宮町地域子育て支援センター TEL 963-0134 FAX 963-0127
 ※おたよりは、インターネットのホームページで見られます。
 新宮町社会福祉協議会 で検索!

お願い : 駐車場に限りがあり、利用者の皆様には大変ご迷惑をお掛けしております。公共の交通機関、徒歩乗り合わせ等ご協力をお願い致します。



令和元年度 相談 BEST5

かんがるーひろばでよく聞かれる相談を集めました。

- 1位: 食事**
 - ・離乳食はよく食べたのに1才過ぎてからあまり食べなくなった
 - ・好き嫌いが多くて心配
 - ・離乳食の量はあってる?
 - ・際限なく食べてしまう
 - ・途中で席を立ってうろうろする
 - ・離乳食同じものになりがち レシピを知りたい
 - ・スプーンの使い方ってどう教えたら?
- 2位: 幼稚園、保育園**
 - ・周辺の幼稚園保育園の情報が知りたい
 - ・園を探したり、イベントに参加したり、いつから動けばいい?
 - ・未就園児クラスについて
- 3位: 排泄・トイレトレーニング**
 - ・トイレトレーニング何から始めれば?
 - ・トイレには誘うけど、うまくいかない
 - ・トイレが楽しくなる工夫は?
 - ・いつから始めればいいのか?
- 4位: 母乳・ミルク**
 - ・どうやって断乳すればいい?
 - ・卒乳・断乳いつ頃するの?
 - ・家にいると、しょっちゅう欲しがられて大変
 - ・母乳足りてる?
- 5位: 発育、発達**
 - ・いつも発達曲線の下の方
 - ・首すわってる?
 - ・ハイハイしない
 - ・ちゃんと大きくなって?
 - ・言葉がおそいかも



子どもの成長は、親にとっても初めての経験の連続。わからないこともたくさん出てきます。対応の仕方子ども数だけいろいろです。一緒に考えていきましょう。お電話くださいね。

元気な体作りはよい生活リズムから

睡眠中には、脳や体の成長を促す成長ホルモンがたくさん分泌されるため、しっかり眠ることは小さな子どもにはとても大切です。また、体の疲れを癒やし、細胞の修復なども進めます。健やかな体作りのために、睡眠を中心に生活のリズムを整えましょう。



しっかり朝食をとりましょう

朝 毎朝決まった時間に起き、余裕をもって朝食をとれるようにしましょう。子どもは日中、元気に活動するだけでなく、成長するのにもたくさんエネルギーが必要です。しっかり朝食を食べることで、1日を元気にスタートし、活動的に過ごすことができます。



体を動かし、十分にあそびましょう

昼 日中たくさんあそぶことで心も体も満たされます。また、夜、寝つきやすくなって睡眠を深める効果も期待できます。



寝る前はゆっくり過ごしましょう

夜 眠りにつきやすくするために、寝る前は絵本を読むなどして、静かに過ごしましょう。絵本と一緒に読む豊かな時間が、子どもには心の栄養となり、大人には子どもとゆっくりかかわる大切な時間となります。



新宮町ファミリー・サポート・センターのご案内

ファミリーサポートセンターとは、育児のお手伝いが出来る人(まかせて会員)と子どもを預けたい人(おねがい会員)が会員となり、センターが仲介して会員同士で支え合う会員組織です。会員になるには、講習を受ける必要があります。(まかせて会員とおねがい会員両方の方は、どっちも会員となります。)
問い合わせ先: 新宮町ファミリー・サポート・センター
TEL 092-692-9622 開所時間 月曜～金曜 8:30～17:00



