

くすくすだより

No.161 (7月号)



子育て支援センター「くすくすひろっぱ」
高知市葛島 4丁目 3-3 東部健康福祉センター1F

☎ 882-9387

***電話での育児相談もお気軽にどうぞ(^O^)**

赤ちゃんの心と身体の発達に合わせた遊びはとても大切です。
今回は「かかわり方がわからなくて…」といったご質問の多い生後 0~3 か月の赤ちゃんとの遊びを紹介します。(視力は 30 cm先がぼんやり見える程度。赤等ははっきりした色を好みます。)

生後 1ヶ月

◆**手のひらをツツン**: 原始反射のひとつ、「把握反射」。赤ちゃんの手の平を指でツツンと触ると、ぎゅっとなぎゅつてくれます。赤ちゃんの意思でにぎるわけではないのですが、とても愛おしい動作です。新生児の聴覚は視覚よりも発達しています。話しかけながら、頭・ほっぺといろいろなところをそっとさするスキンシップ遊びもしましょう。

◆**顔のマネっこ**: 赤ちゃんの頭を支えて抱っこして向かい合わせに。ママやパパが口をあける、唇を尖らせる、舌を出すなどして見せると、反射的に赤ちゃんがマネをします。これは「新生児模倣」というこの時期ならではの現象で、いろいろな表情を見せてくれます。



生後 2ヶ月

◆**こちょこちょ遊び**: 赤ちゃんの全身に順に触れ「こちょこちょ〜」とくすぐります。ママやパパとスキンシップをとることで赤ちゃんはリラックス。運動能力を高める効果や脳への刺激になりますので、足の裏のマッサージもおすすです。

◆**いないいないばあ!**: 赤ちゃんの反応をみながら「いないいないばあ!」をします。「ばあ!」で大好きなママ・パパの顔が見えることは、赤ちゃんにとって大きな喜び。「ばあ!」の後に目が合ったら話しかけてあげましょう。

◆**だっこでゆらゆら**: 抱っこをして視線を合わせて歌をうたったり、お話ししたり、やさしくゆらゆら揺らしましょう。この遊びをすると、赤ちゃんはママやパパの顔をじっと見つめてくれます。



生後 3ヶ月

◆**音の出るおもちゃ**: 音の出るおもちゃを赤ちゃんのそばで鳴らします。赤ちゃんがふり向いたら「おもちゃ、見つけたね」と声かけします。にぎりやすいリング状のおもちゃは、赤ちゃんに持たせて遊ぶこともできます。

◆**足をパタパタ歌遊び**: 仰向けの赤ちゃんの足を持ち、「歩こう〜歩こう〜♪」などいろいろな歌に合わせて足をパタパタと動かします。ゆっくり、早く、もっと早く! というようにテンポを変えると、赤ちゃんは大喜びです。

◆**ほっぺみつけた!**: 「ほっぺをみつけ、おでこをみつけ、おててはここ」などと声をかけながら赤ちゃんに触れます。赤ちゃんのやわらかな身体の感覚を楽しむつもりで、愛情いっぱいに触れましょう。

7月の予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
	AM ★絵本セラピー	AM ★離乳食教室		くすくすタイム (午前・午後) 14時閉所		
14	15	16	17	18	19	20
	海の日 休館	AM ★お楽しみ会 &誕生会		AM★ えいごであそぼう くすくすタイム (午後のみ)		
21	22	23	24	25	26	27
AM わくわく おはなし会	AM 0歳からの コンサート クラリネット			AM ★ミュージックケア 14時閉所		
28	29	30	31			

“高知市東部子育て世代包括支援センター”を利用できます♡

(子育て世代包括支援センターは母子手帳の交付だけではありません)

保健師・助産師が常駐しています。乳児(0歳)は身体計測を定期的にしましょう。心配事はその時に解消したいものですよね。そして継続して相談できると安心では? そんな時には子育て世代包括支援センター♡離乳食の事・授乳・卒乳・産後のケア...など。『今知りたい!』をいつでもお繋ぎしますので、ぜひ気軽にお声がけください。ちょっとしたことでも大歓迎😊遊びに来た時に様子を見てもらえるのを当センター利用の“特典(^_^♪)”にしましょう♡

センター利用で『おでかけるんだポイント』貯まります。イベントでプラスポイントゲットできる時もあります♡ 次のキャンペーンまでたくさん貯めておこう(^▽^)/

7月の主な活動内容 (変更する場合があります)

☆各講座に参加希望の方は予約をお願いします。また、キャンセルの際はご連絡をお願いします。
☆講座の時間帯は講座参加以外の方も遊びの利用はできますが、講座エリア以外で遊んでいただくことやできるだけお静かに遊んでいただく等のご配慮、ご協力をお願い致します。



☆「絵本セラピー」

8日(月) 10:00~10:30 森實 摩利子さん

大人気の読み聞かせ。絵本専門士・絵本セラピスト・心理士など多才な資格と子育て支援の経験豊富な森實さんによる読み聞かせです。お子さんの発達の事などアドバイスも頂きます。きっと子育てのヒントが・・・癒しのひと時を ☺ 要予約 (定員なし)

☆「離乳食教室」

9日(火) 10:30~12:00 (講座: 10:30~11:00)

離乳食はこれからの方から真最中の方も聞いておくと役立つ講座です。進め方やメニューなどいろいろ相談にもってくれますよ。『あまり食べてくれない』『大きさや硬さはだいたいどうぶかな?』今まさに気になっていることが解決できるかも・・・!(^^)!ホッとすること間違いなし!個別相談もあります。要予約(定員なし) *個別相談は別途予約(若干名)

☆「えいごであそぼう!」

18日(木) 10:30~ 乾 和美さん

幼稚園などのお教室で活躍されている乾先生の楽しい英語遊び。0歳のときから家庭で『えいご』に親しめる遊びなどを教えてください。とっても元気で楽しい先生とのひと時は親子で楽しめますよ(^^)/ 要予約(定員なし)



☆「ミュージックケア」(毎月開催予定)

25日(木) 10:30~11:20 岩城 美喜江さん

毎月大人気の講座です。音楽って不思議!音楽に誘われて自然とできる事が増えていく。毎回の発見に感動します。子どもの発達に必要な要素が満載の講座。まずは、ママ・パパが楽しんでね ☺ 要予約 (15組限定)

製作:「たなばた笹飾り」

1日(月)~3日(水) 9:30~15:30 (利用時間に随時)

本物の笹枝を使って七夕の飾りを作ります。笹の香りに癒されますね。
かわいい飾りと願い事を書いて飾ったら、お家にもってかえて飾って楽しんでね。



「0歳からのコンサート~クラリネット~」(毎月開催予定)

22日(月) 10:30~11:00 演奏; 町田 さおりさん

毎月感動!大好評の講座になっています。本物の楽器を間近で聴けるって親子でとってもいい気分(^^)/いつも親子で遊びに来てくださっているママによるクラリネットのコンサートです。0歳から大人まで癒されること間違いなし ☺ いつも頑張ってる皆さんちょっと一休み ☺ 要予約(定員なし)



☆「お楽しみ会&誕生会」

16日(火) 10:30~(20分程度)

*お楽しみ会: ペープサートやパネルシアターなどの“お楽しみ”をします。
ぜひみんなで楽しみましょう ☺ (予約不要)

*誕生日会: 同時開催!!みんなで祝いましょうね。

誕生会ご希望の方は、前週までにお誕生カードの作製にご協力ください。

(誕生会の方のみ要予約 メ切11日(木))



「わくわくおはなし会」(毎月第3日曜開催予定)

21日(日) 10:30~11:00 高知学園短大 幼児保育科 保育研究会

学生の皆さんによる、楽しい「おはなしかい」です。

明るく元気な学生の皆さんによる、絵本の読み聞かせや手遊びなど毎回大盛況です ☺

8月予定(日程変更・追加有り)

★ 8日(木) ミュージックケア (AM)

★ 18日(日) わくわくおはなし会

★ 19日(月) 0歳からのコンサート (クラリネット)

★ 20日(火) お楽しみ会&誕生会

★ 21日(水) よちよちランド

★ 27日(火) 親子でリラックスヨガ

休館: 金・土・11日(山の日) 12日(振替休日)・14時閉館(第2・4木曜日)