



ふと気がつくと、吹いてくる風にも肌を刺すような痛さがなくなり、なんとなく暖かささえ感じられる今日この頃、春の訪れはもうそこまで来ているのかもしれませんがね。1年間、支援室への来園ありがとうございました。お子さんの成長を一緒に見ることができてうれしかったです。次年度も『楽しい支援室』をめざします。

令和5年2月末  
滝上町こども園  
子育て支援室  
☎(0158)  
29-4139  
担当：<sup>ゆな</sup>内 幸江

**ママの健康知恵袋**⇒便秘解消にいい生活の基本はバランスのとれた食事。その上で便を柔らかくするオリゴ糖を摂ると効果的です。

### 「子育て支援室」ってどんなところ？

- ◇集いの広場…月曜日～金曜日  
9:00～12:00
- ※基本は自由遊びです。園児（3歳未満児）が遊びに来ることもあります。
- ※11:30頃からはポイントタイムです。担当職員がリズム遊びや手遊び・読み聞かせを行ったりします。
- ◆防犯のため玄関内側の扉を施錠しています。
- ◆新型コロナウイルス感染拡大防止のため、来園の際は手指消毒・検温・記名をお願いしています。

### 3月3日（金）は「育児相談」

- 10:00～11:30
- ※第1金曜日は保健師さんと栄養士さんが担当して身体計測と育児相談をしています。
- ※お母さん同士の交流やいろいろな相談ができます。気軽にお出かけください。（母子手帳を持ってきてください。）
- ※園のひな祭り見学ができます。



★月1回の(水)の遊びの広場を『ちびっこ広場』として遊びを紹介したり、一緒に玩具を作ったりしています。担当は、くらしネットLinkの佐藤直美先生です。

★3月は15日(水)です。★尚、毎週(水)は、保健師さんが来園していますので気軽に声をかけてください。

### ◇お知らせ◇

3月24日（金）は卒園式、4月3日（月）は入園式のためお休みします。新年度は4月4日（火）から通常開放となります。



### 2/3、支援室にも鬼が来た!!!

でも…月齢の低い子が多く、何が起きたかわからない様子でキョトンとしてしまい、お母さんたちは物足りなかったかも…？

次年度は、声を出してもらって怖いものもいることを年に一度は伝えてもいいのかもしれないね。



# の予定

第1金曜日は、保健師と栄養士が担当しての身体計測・育児相談・栄養相談です。

日	集いの広場 月	集いの広場 火	遊びの広場 水	集いの広場 木	集いの 金	土
			1日	2日	3日	4日
			手遊び・歌 絵本など		育児相談 ひなまつり	
5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
	手遊び・歌 絵本など		透明コップの スノーマン	避難訓練		
12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
	手遊び・歌 絵本など		ちびっこ広場 11:00 読み聞かせ			
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
	手遊び・歌 絵本など	春分の日	運動遊び		卒園式のため お休み	
26日	27日	28日	29日	30日	31日	
	手遊び・歌 絵本など					

15日(水)は『ちびっこ広場』です。佐藤直美先生が来ます。

- ◆ 24日(金)は、卒園式のため支援室はお休みです。
- ◆ 4月3日(月)は、入園式のためお休みです。
- ◆ 令和5年度の通常開放は4日(火)からになります。

☆支援室は、9:00~12:00までの開放です。  
 ☆担当が不在の時もありますが、自由に遊んでいってください。  
 ☆毎週(水)の“遊びの広場”には、保健師も来園します。

## “子育てのヒント”…0~2歳は赤ちゃんの足から歩く足へ、足の基礎を作る大切な時期 「歩く楽しさを支えよう」

足は、私たちの体を支え、立つ、歩く、走るといった動作の土台となる部分です。しかし、最近では「外反母趾」「扁平足」などの足のトラブルが、小学生になるまでに見られるようになってきています。子どもの頃に足のトラブルを抱えると、その後の足の成長だけでなく、運動や生活習慣に大きな影響を及ぼすおそれがあります。

0~2歳は、“赤ちゃんの足”から“歩くための足”へとダイナミックに成長していく時期です。この時期に、たくさん歩いたり走ったりしてよく体を動かすと、足の育ちを促し、ひいては全身の発達や運動能力の育ちにもプラスに働きます。また、この頃に体を動かす楽しさをしっかり感じると、小学生以降、運動能力の伸びる時期にしっかり体を動かせるようになります。

0~2歳の子どもの足は、半年に0.5~1cmほど成長します。3カ月から半年に1回は足と靴のサイズが合っているかチェックしましょう。