

# 令和2年・西伊豆町子育て支援センター “たんぽぽ通信”

# 6月号

仁科認定こども園・0558-52-0583(園内) 伊豆海認定こども園・0558-53-0755(園内)

町の風景を眺めると、いつの間にか初夏の景色に変わってきましたね。皆さん、お元気でお過ごしですか？いよいよ県内は緊急事態宣言が解除され、6月から支援センターを開所することになりました。(3密を避けるため、予約制となります。)まだまだ、予断を許さない状況です。引き続き、各家庭で手洗いうがいを丁寧に行いましょう。マスクの着用や、家の中を換気することも大事ですね。換気は30分に1回、数分間、2方向開けることが良いみたいです。入り口のドアを開けておくだけで、違うと思います。感染しないために家庭でできることを考えて毎日続けていきましょう。

☆センターを利用されるにあたってのお願い

- 電話で予約をお願いします。
- 親子で毎朝の検温、風邪症状の確認をして、体調の悪い時は、利用を控えましょう。
- 大人はマスクの着用、室内に入る時は、手指消毒をお願いします。
- 2歳未満のマスクは不要です。ネットで調べてみてください。

☆センター直通電話(6/30まで)

仁科支援センターTEL 090-4793-6781

田子支援センターTEL 090-7696-2647

気軽に遊びに来てくださいね♡待ってまーす！



6月22日(月)は合同センター会議のため、午後は、お休みになります。

## お知らせ

※センター行事につきましては、9月から、実施する予定でいます。

安良里出張ひろば(第1・第3火曜日)、土曜日のセンター開放におきましても

9月から開所を予定しています。ます。また、後日お知らせいたしますのでよろしくお願いいたします。



支援センターには、年齢に合わせた子育て資料がたくさんあります。お家に持ち帰ることもできますので声をかけてください。(トイレトレーニング・感染症・離乳食・卒乳など)絵本の貸し出しもしていますので、手に取って読んでみてください。

## パパは力もち!!

外出を控えたいこんな時は・・・

お家でゆったりと、お子さんと触れ合い遊びを楽しむこともいいですね。「いっぽんばしこちょこちょ」など、お子さんの手や体に触れ親子で声に出して笑うことは、お子さんの何よりも心の栄養になると思います。そして、パパの出番！パパの肩の上乗って散歩したり、足の下をくぐり抜けたり、パパの背よりも高く抱きあげてもらったりすることでパパの力強さを味わうことができると思います。家の中にいると、DVDやスマホを見せたりしがちかもしれませんが、メディア依存では、触れ合いが不十分で愛情の絆が十分に形成されなくなってしまいます。皆さんで『触れ合い子育て』をしましょうね♡

## 絵本と一緒に♡



ねこさんとほっぺをすりあわせたり、いぬさんと握手をしたり、赤ちゃんと動物が楽しく触れ合う絵本です。「ほっぺとほっぺ、すりすり」「くすぐりっこでこちょこちょ」など絵本に出てくる動きを親子で一緒にどうぞ♡

お子さんが喜ぶこと間違いなしです。



パパとお山ごっこ♡  
よいしょ！  
よいしょ！

※支援センターにもありますので借りてね。

## 外遊び、気持ちいいね!

子どもは力いっぱい遊ぶことによってエネルギーが消費し、ストレスが解消されます。また、楽しくなると繰り返し遊ぶことで満足感を味わえます。大人が相手になって見守ったり、楽しんだり、一緒に遊ぶことが大切です。子どもはママが、一緒に時間を笑って過ごしてくれるだけで幸せな気持ちになると思います。開放感を味わいながら伸び伸びと遊べるように、いっぱい外の空気を吸いましょう。

## 紫外線が心配?

子どもに太陽光をあびさせると紫外線の影響で日焼けが心配。と思っているママもいるかもしれませんが。太陽光は子どもの健康的な成長を促すうえでとても重要なんですよ。人の体は紫外線を浴びることによって体内のビタミンDが生成されます。ビタミンDは私たちが健康的な生活をする上でたくさんの手助けをしてくれています。

例えば、骨の成長、免疫力の向上、しっかりとした睡眠です。適度な光を浴びて健康な体を作りましょう。外に出る時は、帽子をかぶる習慣をつけましょう。

※新型コロナウイルス感染が心配される今は・・・

人込みへの外出は控えた方がよいと思いますが、家の近くを散歩したり、少し外気に触れることは、ママにとっても子どもにとってもちょっとした息抜きになると思いますよ。

