



赤ちゃん通信

ぐーちーぽー

2024

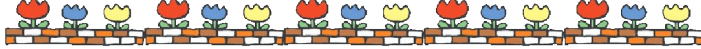


URL:www.city.aizuwakamatsu.fukushima.jp

桜の開花が待ち遠しい季節になりました。会津の春ももうすぐですね。春の優しい光の中、お散歩へ出かけたいですね♪

太陽の光を浴びると、交感神経の働きが活発になると言われています。親子で太陽の光を浴びて、自律神経も高めましょう！

子育て支援センター 4・5月の日程



●赤ちゃん交流広場「ばんびぷち」 時間 9:30~11:00

日付		内容	対象	場所
4/16(火)	「後期食講座」	★栄養士による「離乳食講座」です。こどもノートを持参ください。時間9:45~	9ヶ月~1歳3か月児の保護者	会津稽古堂 クッキングスタジオ
4/23(火)	「赤ちゃん交流広場」	★親子交流や身体測定をしましょう！足形で「こいのぼり」のアートをしましょう	0歳児とその保護者	会津稽古堂 3階和室
5/14(火)	「赤ちゃん交流広場」	★親子交流や身体測定をしましょう！看護師と健康に関するお話ができます。	//	//
5/25(土)	「赤ちゃん交流広場」	★お父さんの参加もお待ちしています！ふれあい遊びをしましょう！	//	//
5/28(火)	「ベビーマッサージ」	★わらべうたの音楽に合わせて、一緒にベビーマッサージをしてみましょう。 ※予防接種後24時間以内、下痢・嘔吐・体調不良時はご参加をお控え下さい	2~6か月児とその保護者	//

●子育て交流広場「ばんびクラブ」 時間 10:00~11:30

日付		内容	対象	場所
4/17(水)	「シャボン玉あそび」	★外遊具で遊んだり、シャボン玉遊びをしましょう！（雨天時は室内活動）	1歳以上児とその保護者	ふれあいハウス
4/24(水)	「看護師による健康相談」	★看護師が参加します。心配なこと、気になっていることを相談できます。	//	//
5/15(水)	「動いてあそぼう」	★広い室内で親子一緒に体を動かしましょう！	//	会津稽古堂 多目的ホール
5/22(水)	「春のお散歩」	★鶴ヶ城周辺をお散歩し、春の自然に触れてみましょう！	//	文化センター玄関前集合

ばんびクラブで大人気♪ダンス・体操曲



♪からだ☆ダンダン  
♪どうぶつ体操  
♪エビカニクス

3月のお楽しみ会ではエビカニクスを親子で踊りました♪同じ動きが多いのですぐに覚えられますよ！動画サービスで動きを覚え、親子で踊ってみましょう♪ばんびクラブでもまた踊ります！



お気軽にご利用下さい♪

◇発行◇ 中央保育所子育て支援センター 会津若松市花春町2-1

TEL:0242-28-6926

☆所庭開放・絵本貸出・電話相談もおこなっています。平日9時~17時

# 看護師によるプチアドバイス♪

## 朝のスタートが1日の鍵

①早く起きよう！  
まずは早起きをしよう！朝日を浴びて体内時計をリセットさせて、1日を元気よくスタートさせましょう。



③身だしなみを整えよう！  
顔を洗い、目や口の周りの汚れを落として、歯ブラシをしてスッキリさせましょう。

②朝ごはんを食べよう！  
朝ごはんを食べて脳と体にエネルギーを補充して、活動的に元気に過ごせる体を作ります。



④トイレにいきましょう！  
ウンチは体の調子を知る手掛かりになります。朝のトイレタイムを習慣にしましょう。

## ★わらべうたで親子のゆったりした時間を・・・★

### 親子でちょこっとわらべうた



きりすちゃん

きりすちゃん ころもにとられて あほらしちゃん

①両足跳び  
うたに合わせて両足跳びをする。

②ふれあい遊び  
本来の遊び方は集団遊びですが、歌に合わせて、お子さんの体にさすってみたり(腕・太もも指先等)お子さんを抱っこして、横揺れ、縦揺れすることで、親子でのふれあい遊びになります。



## 先月の様子



エプロンシアターを見たよ♪

楽しい親子交流会♪  
わらべ歌でふれあい

お楽しみ会  
一年の成長  
絵本を作りました！

## 赤ちゃんとの 絵本の時間

《会津図書館の司書さんより、赤ちゃん向けの絵本の紹介コーナー》

### ぼうしの絵本



『ぼうしかぶって』

三浦 太郎 // さく・え 童心社

さまざまな色と形のぼうしたち。やさいさんたちは、どのぼうしをかぶってお出かけするのかな？おさんぽ前におすすめの一冊です。



『ぼうしをとって ちょうだいな』

松谷 みよ子 // 文 上野 紀子 // え 偕成社

大きなぼうしをかぶった女の子。お日さまが出て、風が止んでも、ぼうしは取りません。さようならのおじぎをしたら、あれあれ…やさしい言葉とテンポが心地よい絵本です。

●会津図書館のもよおし●

☆赤ちゃんおはなし会☆

4月4日/18日(木)

10:30~11:00

★0~3歳のおはなし会★



絵本のご相談や、おはなし会のお問い合わせ  
会津図書館  
栄町3-50(會津稽古堂2F)  
TEL: 0242-22-4711  
FAX: 0242-22-4702  
お気軽にどうぞ!

