

5月

長船ちとせっこだより
5月号



社会福祉法人 ちとせ交友会 長船ちとせこども園
長船ちとせこども園子育て支援センター
お問い合わせ電話
TEL:0869-26-3988 FAX:0869-26-3930



育児相談について

支援センターでは、育児相談を受け付けています。
電話：月～金 10:00～16:30
来園：来園相談の場合あらかじめ日時を電話でご連絡ください。
どんなことでもお気軽にご相談ください。



お願い

・支援センターや一時保育のお問い合わせは、平日の9:00～16:00までにお願い致します。
ご協力よろしくお願い致します。

こいのぼりが元気に空を気持ちよさそうに泳いでいますね。
何をやるにもいい季節がやってきました！
今年はお出かけや遠出ができそうかな？GWの予定に悩みますね。
長いお休みは、生活リズムが崩れてしまいがちに…普段の生活リズムをできるだけ崩さないようにしてあげてくださいね。

新しい環境にも慣れてくるこの季節は体調も崩れやすく、怪我也多い時期です…
早寝・早起き・朝ごはん・休息で乗り切っていきましょう！！

【乳幼児健診日程表】

* 詳しくはホームページをご覧ください。

- 4ヶ月児検診・・・15日（水）（令和5年12月生まれ）
- 1歳6ヶ月検診・・・8日（水）（令和4年10月生まれ）
- 2歳児検診・・・9日（木）（令和4年1月生まれ）
- 3歳児検診・・・22日（水）（令和2年11月生まれ）



5月の予定



遊びに来てね！今月は赤ちゃんとお話しましょう！という事でベビーサインについてお話したいと思います！

* 今年の誕生日会は、園の誕生日会と一緒にいきます。お楽しみに♡

月曜日 (10:00～15:00)	火曜日 (10:00～15:00)	水曜日 (10:00～15:00)	木曜日 (10:00～15:00)	金曜日 (10:00～15:00)
		1 おやすみ	2 おやすみ	3 憲法記念日
6 振替休日	7 好きな遊びをしよう	8 好きなあそびをしよう	9 好きな遊びをしよう	10 好きな遊びをしよう
13 好きなあそびをしよう	14 ふれあい遊びをしよう 10:30～	15 好きな遊びをしよう	16 誕生会 10:00～ (5組まで)	17 好きな遊びをしよう
20 好きな遊びをしよう	21 好きな遊びをしよう	22 好きな遊びをしよう	23 好きな遊びをしよう	24 大きくなったかな
27 好きな遊びをしよう	28 好きな遊びをしよう	29 ベビーサイン ではなししましょう！	30 好きな遊びをしよう	31 好きな遊びをしよう

みんな 大好き いちご！！

イチゴは、なんといってもビタミンCがたっぷりの果物！手軽につまめるので、子どもたちにも大人気ですね。いちごは主に生食で利用されるので、ビタミンCの損失が少ないことも魅力です。また、血管・皮膚・粘膜を丈夫にして、免疫力を高めるのにも役立ちます。さらに、食物繊維が豊富なので便秘がちな時にも大いに食べたいですね。



こどもの日の由来 知っていますか？

男の子の健やかな成長を願う「端午の節句」。1948年に5月5日が「こどもの日」として制定されたことで、男女問わず子どもたちの幸福を願い、親にも感謝しようという意味を込めた国民の祝日になりました。「端午の節句」と「こどもの日」のいわれは違いますが、古くからの願いや伝統を享受しながら、子どもたちのこれまでの成長に感謝し、これからの成長と幸せを願う1日にしたいですね！



家でできる、体を使った親子遊び！！

お家での時間が増えた今だからこそ、体を使った遊びを親子でたのしみませんか？



(スーパーマン)

対象：4か月～

- 遊び方：1. はじめは向かい合い、子どもの後頭部とおしりを支える抱っこで、ゆっくりと前後に揺らす。
2. 慣れてきたら、うつぶせになった子どもの胸とももを持ちあげ、上下するよう波のように動かす。
3. 2の動きをしながら、その場でゆっくりと一周する。

(飛行機 ブーン)

対象：3か月～

- 遊び方：1. 子どもをうつぶせに寝かせ、両腕を広げる。
2. 手のひらは下向きにして、保育者の手の上に乗せる。
3. 子どもの手を握らないようにしながら、軽く体をそらせる。

(バランス 飛行機)

対象：8か月～

- 遊び方：1. お家の方はあおむけに寝て、子どもはお家の方の足をまたぐ。
2. 子どもの両手を持ち、足の上に子どもがうつ伏せになるように、ゆっくり足を水平に上げる。
3. 子どもがバランスを取れる範囲で、ゆっくりと足を上下左右に動かす。

ベビーサインとは、赤ちゃんの手話やジェスチャーを使ってコミュニケーションする育児法です。



◎ベビーサインの4つのメリット

1. 育児が少し楽になる
2. 赤ちゃんの健康と安全に役立つ
3. 親子の絆が強まる
4. 話言葉が発達する

ベビーサインの紹介



おいしい

ほおをとんとんと手のひらでたたくようにする



お茶

口元に人差し指一本をとんとんとあてる



牛乳・ミルク

開いた右手の親指とこのろの指をぎゅっとしめる。牛の乳をしぼる動作。