

すくすくらんど

子育てに役立つ情報や、市内で行われる子どもが参加できるイベントなどの情報をお知らせします！

ちびちゃん講座「アロマ&ヒーリング体験」
江釣子保育園地域子育て支援センター（☎77-3920）

アロマの話の聞いたり、インフルエンザウイルス対策にも有効というアロマオイルスプレーを作ります。状況に応じて職員が託児を行います。

■とき：11月5日(火)10時30分～11時30分
■ところ：同支援センター

■対象：未就園児の親子
■定員：12組(先着順)
■参加料：500円(材料代)

■申し込み：直接または電話で同支援センターへ



育児講座「初めてのママのおしゃべりサロン」

大通り保育園地域子育て支援センター（☎63-2118）

■とき：11月19日(火)10時30分～11時30分(受け付けは10時15分から)

■ところ：生涯学習センター和室
■対象：2～8カ月の子と母親
■定員：10組(先着順)
■申し込み：同支援センターへ

園庭開放「大通り保育園の園庭で遊ぼう！」

大通り保育園地域子育て支援センター（☎63-2118）

■開放日：11月28日(木)までの毎週木曜日10時～11時30分

※悪天候、園庭の状況が悪い時、保育園の行事などで中止することがあります。支援センターだよりや電話でご確認ください。

※駐車場はせせらぎ公園駐車場をご利用ください。



子育て支援課 ☎72-8260

衣服の調整

小さい子どもほど、基礎体温が高く暑がりです。体を動かすとすぐに汗をかくので、大人より薄着に(生地が薄いものにする、枚数を減らすなど)してあげましょう。特に朝晩冷えてくるこの時期は、脱ぎ着のしやすい前開きの衣服があると調整がしやすいです。

更に寒くなるとフリースなどを着せたりやすくなりますね。肌が乾燥しやすい子は、化学繊維の生地が静電気を起こしてかゆくなりますので気を付けましょう。

薄着のもう一つの利点は寝返り・ハイハイ・歩行などの運動がしやすいことです。子どもは遊びながら運動機能を高めていくので、動きやすい服装を選んであげたいですね。寝る時のパジャマも同様に厚すぎないものを。

寝入りばなは、体の中心の熱を手足に逃がすことで寝やすくなります。また、暑すぎると、寝相が悪くなったり、ぐずって泣くこともありえます。もし、夜中にお布団から出ている時は朝方冷えてきた頃にそっとかけてあげましょう。



衣服の着せ方

寝返りやハイハイが上手になると、おむつ替えやズボン履かせるのが大変になり、寝かせようとしたら、足を持ったりするとなんと嫌がるようになりますね。膝に座らせてオムツやズボンを見せ、「履こうね」「足を入れるよ」と声を掛けながら着替えさせてみましょう。お子さん自身が意識を持ち、できた喜びを感じると着替えが楽しくなります。



80の専門店と/AEON

PAL

江釣子ショッピングセンター・パル
〒024-0072北上市北泉柳19-68 TEL0197-65-2511(代)
PALホームページ <http://www.ee-pal.com>

10/26(土) あひの学校 幼児と小学生のための造形広場
こわい?かわいい? ハロウィンランぷづくり
◆先着40名(※保護者ご同伴の上) ◆1F/ジョイスタジ
◆13:30~(※13:00より受付開始)

11/10(日) 北上地方生活研究グループ連絡協議会
母ちゃん市スペシャル
新鮮・安全・安心!
◆10:00~16:00 ◆1F/パル ジョイスタジ

11/23(土・祝)

第15回 ダンスコンテスト
◆13:00~17:00 ◆1F/パル ジョイスタジ