

2019年 5月号

幼保連携型認定こども園

あけぼのこども園

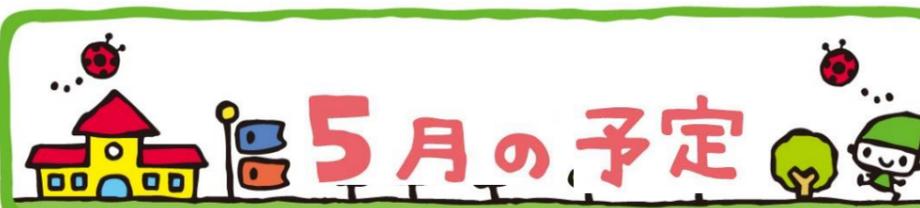
支援だより



<5月>

日	月	火	水	木	金	土
🌸🐣🌸🐣🌸🐣🌸			1 即位の日	2 国民の休日	3 憲法記念日	4 みどりの日
5 子どもの日	6 振替休日	7	8	9 ま～な	10 ま～な ちくちく工房	11 ママ クラブ
12	13	14	15	16 ま～な	17 ま～な ちくちく工房	18 なかよし ランド
19	20 交通安全 教室	21	22	23 ま～な	24 ま～な ちくちく工房	25
26	27	28	29 野菜苗植え 体験	30 ま～な	31 ま～な ちくちく工房	

☆あけぼのこども園 子育て支援センター☆  
 ◎ 園庭及び支援センター開放時間  
 毎週月曜日～土曜日(8:00～13:00)  
 ※ 上記で毎日開放していますので、自由に都合のいい時間にお越しください。  
 ◎ 育児相談や一時預かり保育も行っています。



- <ママクラブ> 5月11日(土) 10:00～  
「アンパンマンパズル」  
子ども達が大好きなアンパンマンをパズルにして遊んでみませんか?  
※申し込み 7日迄 参加費 無料
- <なかよしランド> 5月18日(土) 10:00～  
園庭の大型遊具で、一緒に遊びませんか?  
※申し込み 前日迄 参加費無料
- <交通安全教室> 5月20日(月) 10:00～  
クロネコヤマト宅急便の方が、着ぐるみを着て楽しく交通ルールを教えてください。  
※申し込み 前日迄 参加費無料
- <野菜苗植え体験> 5月29日(水) 10:00～  
親子一緒に野菜の苗を植えてみませんか?  
持ち物(長靴・軍手・帽子・タオル)  
※申し込み 前日迄 参加費無料
- <ちくちく工房～手芸サークル～>  
毎週金曜日 10:00～  
作りたい物を自由に作って楽しみませんか?



【あけぼのこども園】  
 黒石市あけぼの町95  
 TEL 53-1992  
 FAX 53-5525  
 HP <https://akebono-hoiku.jp/>



「ま～なひろば」

「美郷こども園」「アリス保育園」「中郷こども園」「あけぼのこども園」4園合同で開催しています。  
 子育てをもっと楽しみたい方、親子で広々とした場所で遊びたい方、ママ友を作りたい方、育児に不安を抱えている方等、一度遊びにおいでください。  
 開催日：毎週木曜日・金曜日【9:00～12:30】  
 場所：スポカルイン黒石 2F 親子アリーナ【無料】  
 ◎ 5月9日(木)、10日(金)は身体測定をします。  
 ◎ 5月16日(木)は時計製作をします。  
 ミニ講座は「成長・発達について」です。  
 また、育児相談も行っています。気軽においで下さい。

子育てポイント

「愛着・信頼」～社会性の育ちの土台

乳幼児期、子どもはいつも身近で世話をしてくれるお父さんやお母さんの間に愛着関係を築きます。愛着は親から無条件に愛され、受容され、大切にされているという感覚を通じて培われるものです。乳幼児期はこの愛着に基づく絆から生まれる安心感や信頼感を心のよりどころに、多くの人との関わりを深めたり興味関心の対象を増やしたりしながら、社会性の芽を育てていきます。  
 乳幼児期にしっかりと愛着関係を築き、人を信頼できる子に育つと他人との信頼関係をスムーズに築くことができるようになります。他人との信頼関係は、生活習慣や生活ルールといった社会性を習得する基盤になります。

おすすめ絵本  
 『ぎゅっ』  
 作・絵 / ジョズ・オールバラ (徳間書店)  
 おさんぼしていたおさるのジョジョ君、他の動物達が「ぎゅっ」としているのを見てママが恋しくなりました。そこにママが登場。「ジョジョー!」「ママ!」思わず、ぎゅっとしたくなる絵本です。{1歳～}  
 \*母の日に、おすすめの1冊です。

目の充血、かゆみは要注意!

けつ まく えん  
**結膜炎**

子どもの目が充血している、目やにが出る、かゆがる……そんなときは、結膜炎かもしれません。主な原因は「ウイルス」「細菌」「アレルギー」の3つです。

ウイルス性



目が開かないほどの目やに

細菌性



黄色っぽい目やにと充血

アレルギー性



とても強いかゆみと充血

原因によって治療薬が違います。重症化することもあるので、自己判断せずに、病院へ行きましょう。

## 早寝のためにできること

### ① まずは早起きから

遅く寝てしまっても、翌日は早く起こしましょう。夜も早く眠くなるので、布団に入りやすくなりますよ。

### ② 朝の光でスタート!

カーテンを開けて太陽の光を浴びましょう。目覚めが促されて、脳も体も活動を始めます。

### ③ 日中にしっかりあそぶ

体を動かしてたくさんあそびましょう。心地よい疲れが夜の眠りを誘います。

### ④ 午睡は15時半までに

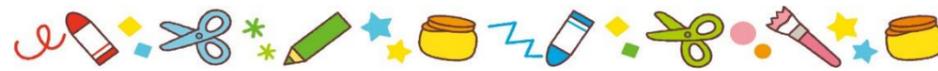
家で午睡をするときも、遅くても15時半までに終わらせて。夜の眠りに影響します。

### ⑤ おふろはぬるめに

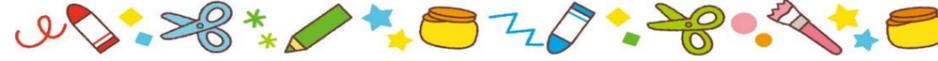
熱いおふろは、急激に体温が上がって目がさえてしまいます。お湯はぬるめにするのがポイントです。

### ⑥ 入眠前の習慣づけを

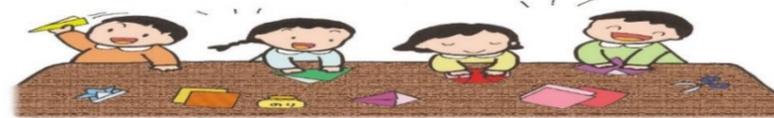
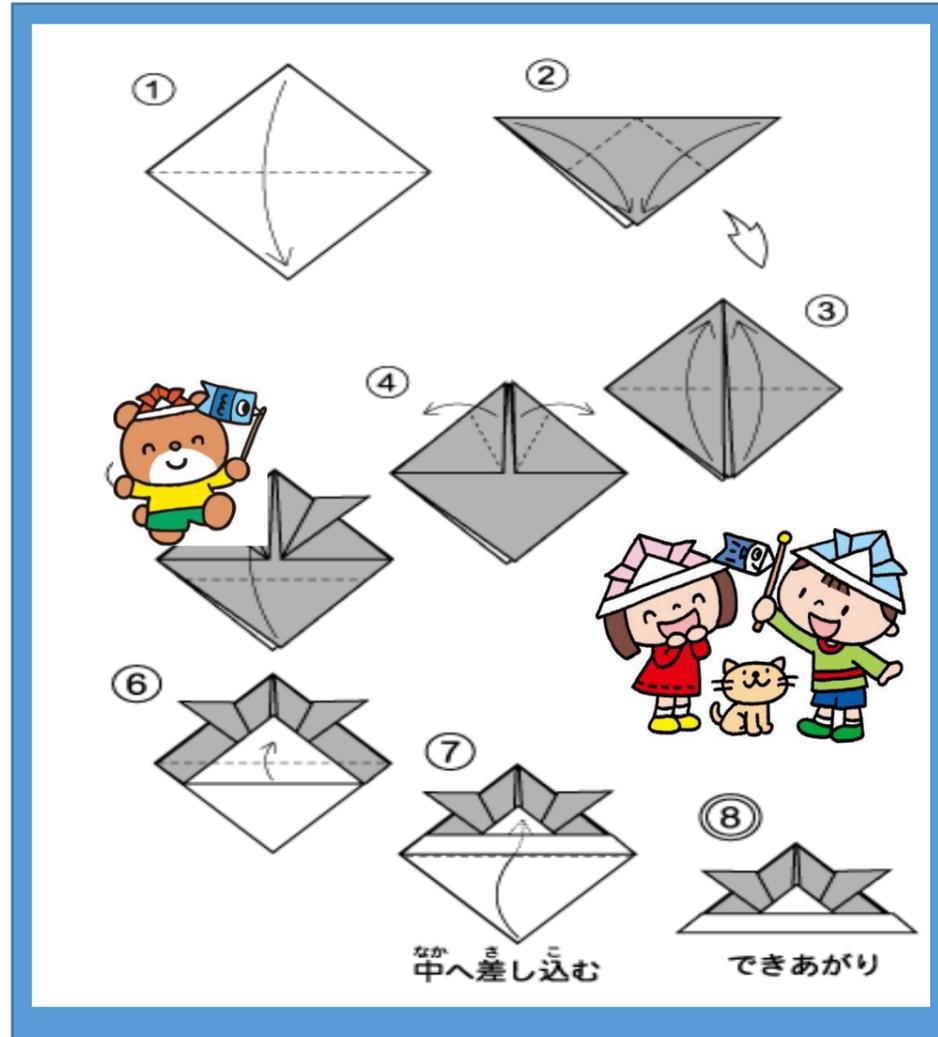
毎晩、眠る前に「おやすみの習慣」をつけましょう。絵本を読む、布団に入ってきたと抱きしめるなどすると、眠りやすくなります。



## つくってあそぼう!



### ☆ おりがみ ☆



## 5月乳幼児健診 (場所: スポカルイン黒石)

健診別	実施日	対象者	受付時間
乳児健診	5/14(火)	2019年1月生	午後0:15~0:30
1歳6カ月児健診	5/23(木)	H29年10月生	午後0:30~0:40
2歳児健診	5/15(水)	H28年10月生	午後0:30~0:40
3歳児健診	5/22(水)	H27年10月生	午後0:15~0:30



## かんたんクッキング



### 子供の日に! 鯉のぼりスティックサンド

#### ●材料 (4人分)

- ・食パン(8枚切り)6枚
- ・苺4粒
- ・キウイ 1/2個
- ・バナナ 1/2本
- ・水切りヨーグルト適量
- ・チョコペン 1本



#### ●作り方

- ① バナナは1センチ幅、キウイはスライスしたものを1/4に、苺も薄くスライスします。
- ② 食パンの片面に水切りヨーグルトを薄くぬり、スライスした苺をのせていきます。キウイ、バナナも同じように並べ、残りのパンでサンドし、フルーツサンドを作ります。耳をカットし、二等分します。
- ③ 尻尾になる部分をV字に切り込みを入れます。
- ④ 顔になる部分を残し、水切りヨーグルトを体~尻尾部分に塗っていきます。
- ⑤ ウロコ状になるように、フルーツを二列に並べていきます。
- ⑥ 苺は表面部分のみでも、真ん中部分でも、どちらでも可愛い仕上がりになります。
- ⑦ 水切りヨーグルトを白目部分に丸くのせ、上から目玉とエラをチョコペンで書いていきます。



## 5月休日救急当番医

実施日	病院・診療所名	住所	TEL
1(水)	レディース・みかみクリニック	前町49	52-8618
2(木)	田村眼科	一番町183	53-1256
3(金)	工藤さとる整形外科クリニック	野添町64-3	59-0345
4(土)	ちとせクリニック	ちとせ1丁目139	53-7228
5(日)	柿坂医院	寿町16	53-2255
6(月)	山谷胃腸科内科	温湯上川原7-10	54-8370
12(日)	佐々木内科・小児科医院	山形町73	53-5125
19(日)	黒石市あけぼの病院	あけぼの町52	52-2877
26(日)	健生黒石診療所	ちとせ3丁目6	53-3015