



2020年 1月号

幼保連携型認定こども園

あけぼの

こども園

<1月> あけましておめでとうございます!

日	月	火	水	木	金	土
			1 元旦	2 年始休暇	3 →	4
5	6	7	8 書初め遊び	9 ま〜な	10 ま〜な ちくちく工房	11
12	13 成人の日	14	15 ママ クラブ	16 ま〜な	17 ま〜な ちくちく工房	18
19	20	21	22	23 ま〜な なかよし ランド	24 ま〜な ちくちく工房	25
26	27	28	29 おはなし会	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。



1月の予定

- <新春書初め遊び>「墨で書いてみよう」
1月8日(水) 10:00～
 書いた文字を手作り掛け軸に残してみよう!
 汚れてもいい服で来てね! ※申し込み 4日迄 参加費無料
- <ママクラブ>「スノードーム作り」
1月15日(水) 10:00～
 世界に一つのスノードームを作ってみよう!
 容器の中に自分で入れたい物を持って来てね!
 ※申し込み 11日迄 参加費 100円
- <なかよしランド>「雪上運動会」
1月23日(水) 10:00～
 雪の上を思いっきり走り駆け回ろう!
 ※申し込み 前日迄 参加費 無料
- <おはなし会>「大型絵本」
1月29日(水) 10:00～
 みんなが楽しめる絵本の読み聞かせを行います。
 ※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】

- ◎1月9日(木)、10日(金)は身体測定をします。
- ◎1月9日(木)のミニ講座は「知育おもちゃの紹介について」です。
- ◎1月16日(木)は節分製作をします。また、12:30～14:00迄 育児相談も行っています。

子育てポイント!

「☆スキンシップで心が育つ☆」

大好きな人、信頼している人とのスキンシップは、子どもの心身をリラックスさせます。体が密着していると安心したり、くすぐり遊びで笑ったり・・・心地良さを感じるのは「皮膚が触れ合っている」時であることが多いようです。人は、撫でられるような優しい刺激や適度にギュッとした圧力を受けると、それに脳が伝わって気持ち良さや相手への親しみの気持ちが沸き起こると言われています。大好きな人に触れられた時の「気持ち良い」「くすぐったい」などの皮膚感覚は特に心に影響するようです。大人の人に温かく柔らかく抱きしめられたり撫でられたり、経験すればするほど心が安定し、その感覚は大人になってもうすれることはありません。スキンケアの基本である保湿を心がけながら十分なスキンシップで子どもの情緒を育みたいですね。

おすすめ絵本

『だるまさんの』

作 / かがくいひろし (プロンズ新社)

お正月に買う、だるまさんが様々な表情を見せてくれる赤ちゃん絵本の決定版。「だるまさんの」では、何度も読むうちに自然に覚えてしまい、自分の目、手、歯、毛を示すようになります。絵本の力は素晴らしいです!

0.1.2歳の肌は……

汗かき

大人より体温が高めなため、冬でも意外に汗をかいています。汗をかいたらすぐにふくか、ぬるめのシャワーで流しましょう。

生後3か月くらいまではホルモンの影響で皮脂が多く、それ以降は皮脂分泌が減ってかさかさになりがちです。

しっとりからかさかさに

刺激に弱い

バリア機能が未熟なため、汗や食べこぼしで荒れたり、おむつかぶれを起こしたりします。

室温や湿度を調整し、薄着とこまめなスキンケアで、お子さんの冬の肌を守りましょう



かぜの予防をしっかりと

かぜのウイルスは冬の寒さと乾燥が大好き。そろそろ流行が気になります。日ごろから予防を心がけて、元気に冬を過ごしましょう！

かぜ予防6か条

- 1 うがい、手洗い
- 2 汗をかいたらすぐ着替え
- 3 バランスのよい食事
- 4 部屋の換気と加湿
- 5 規則正しい生活リズム
- 6 人込みを避ける



つくってあそぼう！

☆ おりがみ ☆

1 だてよこはんぶんにおっておりめをつけてもどす

2 まんなかにむけててんせんでおる

3 かどの☆を★にあわせててんせんでおる

4 てんせんでおる

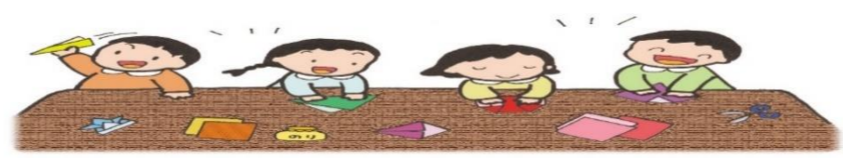
5 てんせんでうしろにおる

6 てんせんでうしろにおる

7 まんなかですこしうしろにおる

8 かおをかいてできあがり

だるま



1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	1/28 (火)	2019年9月生	午後0:15~0:30
1歳6カ月児健診	1/23 (木)	H30年6月生	午後0:30~0:40
2歳児健診	1/15 (水)	H29年6月生	午後0:30~0:40
3歳児健診	1/22 (水)	H28年6月生	午後0:15~0:30

かんたんクッキング

【餅ピザ簡単♡フライパンで】

- 材料
- 切り餅・・・6個
 - ピザソース・・・適量
 - プチトマト・・・4個
 - ピーマン・・・1/2個
 - ピザ用チーズ・・・適量
 - オリーブオイル・・・大さじ2



●作り方

- 1 切り餅を軽く水に付ける。
- 2 熱したフライパンに油を多めに引き、並べる。
- 3 フタをする。お餅が膨らんでくっいたら、ひっくり返す。
- 4 ピザソースを塗り、お好みの具材をのせ、チーズをちらしフタをする。
- 5 チーズがとろけたら出来上がり！フライ返し等で切り分ける。
※明太子とチーズの組み合わせでも美味しく出来ます。



※コツ・ポイント

・お餅を水に浸すことで、フライパン内に適度な水分が含まれ、美味しいピザ生地になります。



1月休日救急当番医

実施日	病院・診療所名	TEL
1 (水)	佐々木内科小児科医院	53-5125
2 (木)	たかはし内科循環器科クリニック	59-2200
3 (金)	ちとせクリニック	53-7228
5 (日)	工藤さとる整形外科クリニック	59-0345
12 (日)	かきさか医院	53-2255
13 (日)	黒石あけぼの病院	52-2877
19 (日)	盛耳鼻咽喉科	53-1187
26 (日)	山谷胃腸科内科	54-8370