

子育てのギモン?

まばたきが気になる…これって?

まばたきの回数が増えたり、強い力でぎゅっとまばたきをしてしまったりするのは、「チック」のひとつと考えられています。

チックとは、本人の意志とは関係なく身体の一部が動いてしまうことで、幼児期を中心に子どもに多く見られる症状です。チックには、まばたき、首振り、肩すくめ、顔しかめなどがあり、症状もその原因もさまざま。子どもによってどのチックがあらわれやすいかは異なります。

チックの原因は精神的なものであると考えられているので、まずは子どもに何かしらのストレスがないかを検証してみましょう。

注意することで行為そのものをやめさせようとしても、本人に身体を動かしている自覚がないため、やめることはできません。叱ってやめさせるのが最もよくないこと。あくまでもチックが発生した原因をつきとめ、解決することが重要です。

まばたきに関してはもうひとつ疑うべきことがあります。それは、「一度一度のまばたきがしっかりできていない」という「瞬目不全」の可能性です。まばたきでしっかり目が閉じ切っていないために目が乾燥し、その乾燥を防ぐためにまばたきの回数が増えている場合があるのです。瞬目不全かもしれないと思ったら、眼科を受診してみてください。結膜炎の違和感からまばたきをしていることもありますし、乾燥しているときには涙と同じ成分の目薬なども処方してもらえます。

数ヵ月まばたきが治まらないようであれば、眼科だけでなく小児科を受診してみましょう。心配にはなりますが、チックは子ども時代には珍しくはないこと。**病気とは違います**。子どもの心のサインだと考え、わが子に合った解決法を探りながら、焦らずじっくり対応していきましょう。

～ハンドメイドの紹介～



〈入園グッズ〉

入園してから入り用なレッスンバック・お着替え袋・コップ入れ・ブック袋などを手づくりしました。お子さんが好きな色やキャラクターで作るのもいいですね。

ハンドメイド作品を一緒に作ったり遊んだりしてみませんか？興味がある方は声をかけてくださいね。

子育て通信3月号

幼保連携型認定こども園

あけぼの

こども園

3月のイベント

3月8日(水)

〈なかよしランド〉
ひも通しあそび

10時～ 先着3組
参加費 無料
締め切り 当日迄



3月13日(月)

〈ママクラブ〉
手作り豆腐ドーナツ
(お持ち帰り)

10時～ 先着3組
参加費 無料
締め切り 3/10迄



3月14日(火)

〈なかよしランド〉
レストランごっこ

(ままごとあそび)
10時～ 先着3組
参加費 無料
締め切り 3/13迄



3月20日(月)

〈おはなし会〉
ペープサート

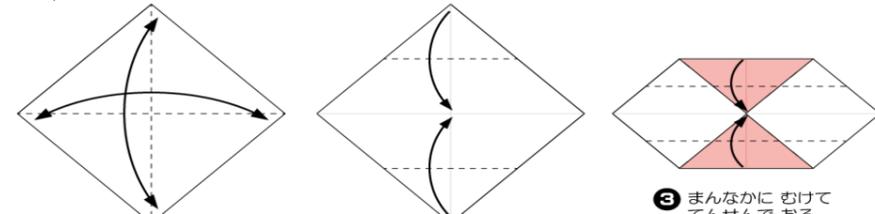
10時～ 先着3組
参加費 無料
締め切り 当日迄



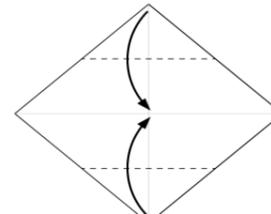
おりがみあそび



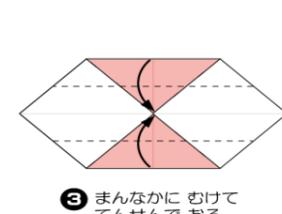
★ $\frac{1}{4}$ サイズのかみをつかいます



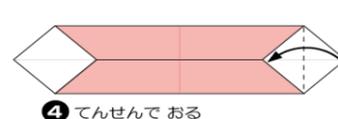
① たてよこはんぶんにおって
おりめをつけてもどす



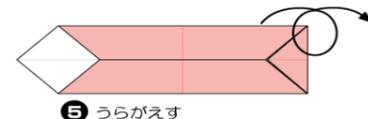
② まんなかにむけて
てんせんでおる



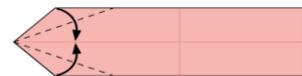
③ まんなかにむけて
てんせんでおる



④ てんせんでおる

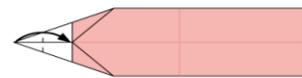


⑤ うらがえす

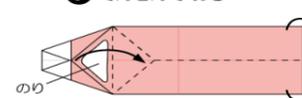


⑥ まんなかにむけて
てんせんでおる

めびな



⑦ てんせんでおる



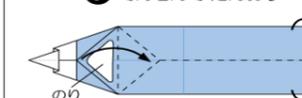
⑧

のりをつけて
てんせんでおって
くみたてる

おびな

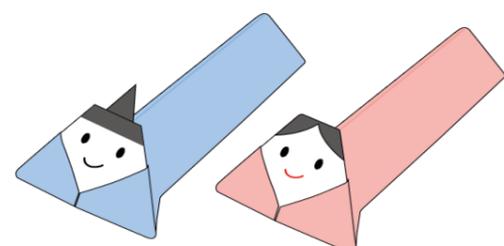


⑦ てんせんで だんおり



⑧ のりをつけて
てんせんでおって
くみたてる

⑨ かおを かい
てできあがり



ひなのはおしおき

★子育て支援センターサンサンパーク★

◎園庭&支援センター開放 (月～金8:00～13:00)

◎市内・市外の親子さん、遊びに来てね!

◎当園入所のお子さん・保護者の方もOK!

◎出産前のママも大歓迎♡

★雨の日でも室内だから安心!

※遊びに来るときは、事前に電話をしてね!



TEL 53-1992

◎子育てに関する
お悩み・相談も随
時受付けています。





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。

★場 所：スポカルイン黒石 2F 親子アリーナ
9:20～12:30 参加費無料

<3月の実施予定日>

2(木) 3(金)
9(木) 身体測定/ミニ講座「遊びや知育おもちゃの紹介」
10(金) 身体測定/保健師さん来所
16(木) 製作の日 17(金)
23(木) 24(金)
30(木) 31(金)



※コロナウィルスの状況次第ではお休みになることもあります。その際はま～な LINE でお知らせいたします。



LINE をやっています！
ま～な情報や4園の
情報が見られます！

【あけぼのこども園】



黒石市あけぼの町95
TEL 53-1992
FAX 53-5525
ホームページはこちら ↑

おすすめ絵本



『おめんです 3』

作・絵： いしかわ こうじ
出版社： 偕成社

まねきねこのおめに、なまはげやてんぐのおめん。おめんをとると……、あっ！とおどろくしかけが待っているよ。迫力満点のおめんと、しかけをめくったあとのギャップが楽しいしかけ絵本。



【子育てのコツ】

～何気ない「あなたはダメ」、 言いませんか？～

「あなたはこれが苦手だね」「あまり向いていないね」といった何の気なしに口にしがちな言葉ですが、これも子どもにとっては「ダメ」の一つになります。

子どもは、大好きなお母さんから受け取った「ダメ」のメッセージを信じます。そして心に刻み、元気をくじいてしまうのです。子どもは、親に否定された自分の能力を好きにはなれないもの。

不用意な発言で、子どもの元気を削いでしまわないように。親は忘れても、子どもは忘れないものですから。



今月のおやつ

～砂糖なし

☆りんごのセミドライフルーツ♪～

●材料

りんご 1個
重曹 適量



●作り方

- ①りんごは皮を重曹で洗い、皮ごと薄切りにする。(あまり薄いと焦げやすいので注意)
 - ②耐熱皿にキッチンペーパーを2枚しき、りんごを重ねないように並べる。
 - ③焦げないように見張りながらラップなしで1分レンチンし、更に30秒毎にレンチンし、800wで計2分～2分半レンチンする。
 - ④りんごの水分が抜けてしわっとすればOK。
 - ⑤裏返し焦げないように加熱し、新しいキッチンペーパーの上のせて、粗熱をとる。焦げたところはハサミで切る。
- *やわらかい場合は、さらに1～2分加熱し、お好みのかたさに仕上げてください。
- *あつという間に焦げるので、追加レンチンは10秒毎に様子を見て下さい。



3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	3/16(木)	R4年11月生	午後0:15～0:30
1歳6か月児健診	3/9(木)	R3年8月生	午後0:30～0:40
2歳児健診	3/8(水)	R2年8月生	午後0:30～0:40
3歳児健診	3/15(水)	R1年8月生	午後0:15～0:30

※コロナウィルスにより変更になる場合があります。