



あいこでしよ

平成30年2月号 発行 阿久根市子育て支援センター 72-3939



ご存知ですか？ かごしま子育て支援パスポート



かごしま子育て支援パスポートって何？

シンボルマークのステッカーを貼ってある店舗や施設にパスポートを提示すると、商品の割引など子育て家庭に配慮したさまざまなサービスが受けられます。サービスは、協賛していただく店舗や施設の善意により提供されます。

パスポートの交付対象は？

阿久根市に住民登録をしている世帯で妊娠中の人及び18歳未満の子どものいる家庭。

パスポートの交付手続きは？

市役所福祉課児童対策係（7番窓口）で申請すると交付されます。必要事項を記入するだけの簡単手続きです。

詳しくは福祉課児童対策係まで。(直通電話 73-1248)

☆☆☆運動のすすめ！☆☆☆ 運動あそびで体力をつけよう♪ ★汗だくになって遊ぶと、大脳が育つ★

あそびの中で、ワクワク熱中してエネルギーをしっかりと発散させると、心が落ち着き、情緒が安定してきます。

子どもといっしょにすもうや取っ組み合いのあそびをすると、子どもは汗だくになりながら、目を輝やかせて、何度も何度も向かってきます。

そうやってあそびに飛び込んだときの子どもは、興奮と抑制をうまく具合にコントロールできる大脳を育てていきます。

もっともっと積極的にからだを動かすことを日常生活に取り入れていきましょう。

そうすると、子どもはすこやかに育っていきます。



平成30年度

児童クラブの利用申請受付が始まりました。

平成30年に就学予定の新1年生のみなさんには、在園している保育園や認定こども園を通じて案内してあります。利用の際には、保護者が就労していることが条件となります。また、年度の途中でも申請は随時受け付けますが、定員を上回る場合、待機をお願いをする場合もあります。

そのため、夏休みなど長期休み期間だけの利用であっても、期限内にお申込みいただきますよう、よろしくお願いいたします。



【問合せ】

阿久根市役所福祉課
子育て支援係
電話 72-3939(直通)

かぜ予防

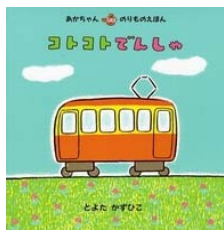
栄養バランスのとれた食事は、かぜに負けない体づくりを応援してくれます。免疫力や抵抗力をたかめるたんぱく質やビタミンC、のどや鼻の粘膜をまもるビタミンAなどを無理なく取り入れることで、元気をチャージ！温かいメニューで体を冷やさないことも大切なポイントです。

節分

季節の分かれめに「おには外！福は内！」と、力いっぱい豆をまいて厄払いすることで、幸せを招き入れる節分。豆まきで、心の中に住んでいる”おこりんぼおに”や”泣きむしおに”など、おに退治をしたあと、歳の数より1つ多く豆を食べて今年の無病息災を願います。豆まきがすむと歴の上では春がやってきます。

おすすめ絵本

コトコトでんしゃ
作：とよた かずひこ
出版社：アリス館



「コトコトコトン」。電車が鉄橋や踏切、森のなかをのんびり進みます。この絵本のなかでは、時間がゆっくりと流れているように感じます。電車が大好きな子どもたちにぴったりの一冊です。

しりとりしましょ！

たべものあいうえお
作・絵：さいとうしのぶ
出版社：リーブル



独特のタッチで描かれた食べ物に、大人も子どももくぎづけ！しりとりで続く食べ物を見ながら、「食べたことある！」「これ食べた～い！」と、しりとりの楽しさに加えて、おいしいような食べ物を見つける楽しさも。

冬のあせも・とびひに注意

あせもやとびひは夏だけではなく、最近は、厚着や暖房であたためすぎて、冬になる子どもも増えています。床暖房の部屋に寝かせたらあせもができた、という例もあります。冬の肌は寒さで血行がよくないため、湿しみが治りにくいと言われますので、早めに受診しましょう。

予防

- 厚着をさせない
- 室温の調節をこまめに
- 汗をかいたらふき、着替える
- 毎日入浴して肌を清潔に

小さい子は特に、背中にふれて汗をかいていないかまめにチェックしましょう



今年もインフルエンザが流行っています。予防接種のワクチンが不足して、希望する人に行き渡らないという事態が一時発生しました。タイミングを逃し、未接種の方が多いため、感染拡大に影響がでないことを祈るばかりです。予防接種も効果的ですが、まずはインフルエンザやかぜのウィルスに負けない体力をつけておくこと。食事・睡眠・運動をバランスよく取り入れ、健康に過ごすことを心がけ健康に過ごしましょう。