

十和田めぐみ保育園では、園の機能を地域に役立てるために、保育所地域子育て支援センター事業を実施しています。お子さんをお持ちの出会いの場と交流の場として活動しています。育児の不安や悩みを相談しあったり、リフレッシュできるような活動も取り入れています。是非ご利用下さい。

8月 エンゼルだより



令和6年8月1日

社会福祉法人三徳会十和田めぐみ保育園
子育て支援センターエンゼル センター長

蒸し暑い日が続いていますね。体温が高い子どもたちは汗っかきです。薄着の方が過ごしやすいのではないかと、タンクトップやキャミソール1枚にさせたくらいだと思います。でも・・・子どもたちはたくさん汗をかきます。その汗を吸収するためにも、肌着がとても重要なのです。肌触りの良い綿の物は、吸収もよく、肌シャツにはもってこいですね。また、脇や肩の汗の吸収もできるような半袖の肌シャツがおすすめです。さらに背中に汗とりタオルをいれたり、首に汗とりガーゼを巻いて、汗をかいたらこまめに着替えたり取り替えてあげましょう。

肌トラブルや体温調節のためにも、汗の吸収を重視した肌シャツを着せてあげましょう。そして、汗をかいたら、こまめに下着を替えてあげたりシャワーで流してあげたりすると良いですね。

7月の活動の様子

●水遊びたのし～い！

お子さんとお母さんも一緒に水遊び！直射日光を避け、日陰にタライの水遊びコーナーの準備をしました。まだ歩くことが出来ない子でも、タライ一つで十分に遊ぶことが出来ますね。象さんジョウロやペットボトルで作ったシャワー、水に浮いたお魚さん等で夢中になって遊んでいます。1歳から2歳前後のお子さんたちだったので、ほんの15分～20分位で楽しむことができました。お外遊びは健康な身体づくりや体の機能の発達を促す効果があります。お子さんの体調を見ながら、暑さと上手に付き合い、夏の暑い時期だからこそできるお水遊びを体験させてあげたいですね。小さなお子さんは水深5cmでも溺れる危険性がありますので、お家でお水遊びをする場合は絶対にお子さんから目を離さず、十分に注意を払うことが大切です。

少しでも体調に不安がある場合、水遊びは止めておきましょう。

●ジャガイモ収穫しました！

春に植えたじゃがいもを収穫しました。みんなでお水をあげてお世話を

したのでたくさんのじゃがいもが収穫できましたよ。「えっ！土の中からじゃがいも？」と不思議そうにしながら掘っていました。自分たちで収穫したので美味しく頂くことを楽しみにしていました。自分の手でお芋を収穫したという体験や記憶が、お子さんの今後の成長の糧となれば嬉しいですね。



初めての水遊び！



大好きなじょうろで遊びました！



おいもができたー！！



小さいおいも！かわいいでしょ！



～相談コーナー～

「トイレトレーニングのコツを教えて」



この夏に「そろそろトイレトレーニングを始めたい！」と思うお母さんが多いようです。

でも『トイレトレーニングをどのようにすすめたらいいの？』と相談を受けることがあります。トイレトレーニングと聞くと訓練のように感じるかもしれませんが、お子さんが一人でおしっこやうんちができるように自立の手助けをすることで考えてタイミングをみて進めてみましょう。

「まだ1歳だから早い」ということはありません。トレーニングは年齢に関係なくスタートしていいと思います。まずは、おむつが濡れたらその都度取り換えてあげて、心地よさを感じられるようにする事が一番です。

トイレトレーニングの進め方のポイント

1. パンツが濡れていない時トイレやおまるに座らせてみる。

おしっこが出たら「すごいね」「よかったね」「すっきりしたね」などとほめてあげます。はじめのうちは、午前中だけとか時間を決めてオムツをパンツに替えて過ごしてみます。パンツは生地の厚いトレーニングパンツでなく、おしっこが出たことを実感できるような綿素材の普通のパンツがいいですよ。

2. 失敗しても叱らない事。「あら出ちゃったね～残念。気持ち悪いからパンツ替えようね」と明るく対応するといいですね。

また「すっきりしてよかったね。」と心地良さを伝えパンツを替えた時の爽やかさを実感できるように、声をかけてあげます。失敗を叱らずに、その都度声をかけていくのが良いでしょう。

3. トイレに誘うタイミングを知る。寝起きにおまるやトイレに誘うと成功する事が多いようです。またこまめにオムツチェックをすると、どのくらいの間隔でおしっこが出るか確認できるようになります。周りの大人は気持ちにゆとりを持って笑顔でお子さんに向き合えるといいですね。親も子もゆったりと落ち着ける場所で「いやだなあ」と思わせないことが大切です。イライラして焦るとしつこくなりがちですがそこをぐっと我慢してお子さんやご家庭のペースで無理なく進めていきましょう。(好きなキャラクターと一緒にトイレに行ってみるとかトイレに好きなイラスト・シールなどを貼ってあげると誘い易くなるかもしれませんね。)

～参加申し込み方法～



お子様の発達に合わせてサークルにご参加いただけます。お電話でご予約をお願いいたします。
 (見学は開所時間中であればいつでもどうぞ! 9:00~14:00※活動で不在の場合もあります)
 当日でも空きがあればご参加いただけますので、お気軽にお問い合わせください!

*月曜日・水曜日は【生後～1歳3ヶ月くらい】・・・ひよこサークル
 *火曜日・金曜日は【1歳3か月～3歳くらい】・・・かなりやサークル

ひよこ・かなりやサークルは9時頃から始まります。利用料は無料です。講習会等で参加費を頂く場合があります。
 ※キャンセルの場合もお手数ですがご連絡下さいますようお願いいたします。



8月の予定

月	火	水	木	金	土
			1 開放日	2 開放日	3 開放日
5 リフレッシュ 筋膜リリース	6 開放日	7	8	9	10 開放日
12 お休み	13	14	15	16	17 開放日
19 開放日	20	21	22 (育児講座) リフレッシュ 筋膜リリース	23 (育児講座) 親子で体操	24 開放日
26 (ひよこ・かな りや) 誕生会	27 (かなりや) 身体測定	28 (ひよこ) 身体測定	29 (育児講座) 親子ヨガ 講習会	30 (育児講座) 料理講習会	31 開放日

ご予約・お問い合わせは、0176-25-0441 (スタジオエンゼル) まで

◆開放日～遊びの場～

○日時: 8月1~3日、6~10日、17日、19日~21日、24日、31日

遊びの設定をたくさんご用意しています!

水遊びができるようにも準備しています。お着替えをお持ちいただければと思います。

また、お母さん方で企画して自由にサークル活動を行うこともできますので、お気軽にご相談下さいね!

来月は秋のマーケット開催予定です!



エンゼルだよりは、子育て支援センターエンゼルホームページでも見ることができます。日程の確認など、ぜひご活用ください。

また、エンゼルの動画をアップしています。YouTubeからも見ることができますのでぜひご覧になってみてください

◆電話相談・面接相談

日頃子育ての事で悩んだり困ったりしていることはありませんか? 誰かに話すと気持ちが楽になることもあります。気軽にお話し下さいね! お電話ください。

☆スタジオエンゼル TEL25-0441

☆十和田めぐみ保育園 TEL22-0141



～育児講座のご案内～

◆リフレッシュ筋膜リリース

フォームローラーを使って行います。お貸し出しできます。

○日時: 8月5日(月)

22日(木)

10:00~11:00

○講師: とわだこどもスポーツ教室

○対象: 親子9組まで

○持ち物: 汗拭きタオル、
水分補給するもの
動きやすい服装

◆親子で体操

○日時: 8月23日(金)

10:00~11:00

○講師: とわだこどもスポーツ教室

○対象: 1歳半以上の親子10組まで

○持ち物: 汗拭きタオル、水分
動きやすい服装

◆親子ヨガ講習会

○日時: 8月29日(木)

10:00~11:00

親子で楽しみながらヨガで身体をほぐしましょう!

○講師: 新山奈穂 先生

○対象: 親子7組まで

○持ち物: 汗拭きタオル、水分
ヨガマット
動きやすい服装

◆料理講習会

○日時: 8月30日(金)

10:00~11:00

十和田の郷土料理を作ってみましょう

○対象: 親子7組まで

○持ち物: エプロン・三角巾・おんぶ紐
など

○参加費: 300円(材料費として)



子育て支援センターエンゼル

〒034-0083

十和田市西三番町 22-8

電話: 0176-25-0441

～エンゼルからのお知らせ～

○広報活動の一環で YouTube の発信をしております。

YouTube などでお顔を出したくない等のご要望があれば、お声掛け下さい。