



鯉ヶ沢町子育て支援センター 「こうめちゃんルーム」

社会福祉法人みちのく会 舞戸子の星こども園 舞戸町字鳴戸 347-43

☎ : 0173-72-2277 ☎ : 080-7730-4263 (担当者直通) 子育て支援担当代替: 保育教諭 吉田 美恵 (よした みえ)

大雪に覆われていた景色も、雪解けが進み、少しずつ春の訪れを感じられるようになりました。

今年度も「こうめちゃんルーム」を多くの皆さまにご利用いただき、心より感謝申し上げます。

お子さまの成長と一緒に見守りながら、保護者の皆さまと温かなつながりを育むことができたことを、職員一同とても嬉しく感じております。

これからも、お子さまや保護者の皆さまにとって、ほっと安心できる居場所であり続けられるよう、よりよい環境づくりに努めてまいります。

今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

3月の予定						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31			読書 DAY	Caffe タイム

※緑色の日: こうめっこくらぶ
※ピンク色の日: 子育て支援行事

♥ **19日(木) 身体測定**
お子さんの身長と体重を測定します! ✨ 成長の記録としてぜひご参加ください (別日対応も可能です) ✨

♥ **27日(金) 読書 DAY (10:00~11:30)**
寒い日が続きますが、本を開けば心がほっとあたかくなる時間が流れます。図書館で、親子と一緒に絵本の世界を楽しんでみてくださいね。
日本海拠点館2階図書館に集合となります。借りた本を入れる袋をご持参ください。なお、支援室でも絵本の貸し出しができますので、ご希望の方はお気軽にお声がけください

♥ **28日(土) Caffe タイム (8:30~17:00)**
保護者の方が、飲み物を飲みながらほっと一息つける時間を大切にしたい日です! ✨ おしゃべりやひと休みに、ゆっくり過ごしていただけます。
こうめちゃんルームで、ほっと一息ついていきませんか?
飲み物はその場で楽しんでいたいただくのはもちろん、テイクアウトも可能です♥
また、公式LINEで事前にお知らせいただければ、ご希望に合わせてご用意しますのでお気軽にお声がけください。
(LINE 公式アカウントからのご予約特典もありますので、ぜひこの機会にご登録ください)

今月のこうめっこくらぶでは、お天気が良ければお外でお散歩を楽しみたいと思います。☀️
寒さ対策をしっかりして、ぜひお越しください。❄️
また、お子さんの成長に合わせてベビーカーの準備もお願いします。

いただきます ごちそうさま

「命をいただく」という意味もめられた「いただきます」のように、食事の挨拶をすることは大切です。ことばの意味がわからない赤ちゃんでも、はじめとして「食事の時間」を感じられるようになります。

咀嚼力UPには運動も大切!

柔らかい物が増える傾向にある現代の食事。「丸飲み」や「噛まずに出してしまう」といった悩みも乳児期に多く聞かれます。食べ物を噛む力は咀嚼力の発達には、寝返り、はいはい、あんななど、全身を大きく動かす運動が関係しています。離乳食が始まったら、ぜひ担当の保育者にご相談いただき、赤ちゃんの運動機能の発達を家庭と園とで確認しながら進めていきましょう。

与え方にひと工夫

柔らかい物ばかりを与えたり、食べ物をお皿にくっつけてしまったり。特に、離乳食も後期に入った1歳児から完了期を過ぎた2歳児への食事には、噛むことを意識して与え方にひと工夫してみましょう。スティック状のものを用意し、手づかみで噛み切って食べる練習をしながら、「カリコリ」「バリバリ」などの食感の違いを楽しむと良いでしょう。



ひなまつりにちなみ、手型を使用した製作を行っています。ご利用の際に、作成してみませんか。

3月3日は耳の日

耳を大切に

乳幼児が受けるべき予防接種

定期予防接種	任意予防接種
「予防接種法」という予防接種の規則を決めた法律に基づくワクチンです。決められた接種期間に決められた回数を無料で受けることができます。	「予防接種法」に基づかないワクチンです。「定期予防接種」とのちがいは制度上のもので、ともに重要なワクチンです。費用は個人で負担することになりますが、自治体の助成が受けられるところもあります。
おもな予防接種	
4種混合ワクチン	ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ (急性灰白髄炎)
B型肝炎ワクチン	ウイルス保有者 (キャリア) になると、肝炎、肝硬変、肝がん
Hib ワクチン	中耳炎、肺炎、髄膜炎
小児用肺炎球菌ワクチン	中耳炎、肺炎、髄膜炎
BCG	結核、粟粒結核 (重い肺結核)、髄膜炎
MR ワクチン	麻疹・風しん、肺炎、脳炎、亜急性硬化性全脳炎 (SSPE)
水痘ワクチン	水痘 (水ぼうそう)、脳炎、帯状疱疹
おたふくかぜ	おたふくかぜ、髄膜炎、難聴、精巣炎
日本脳炎ワクチン	脳炎
ロタウイルスワクチン (2020年8月1日以降出生者)	胃腸炎

「耳掃除」うまくできていますか?

「耳掃除」が「耳あか取り」だけになっていませんか?

耳掃除は気をつけていても、耳の後ろや耳のみぞは見落としがち。お風呂で洗う習慣をつけましょう。また、耳には「耳あか」を外に排出する仕組みがあります。耳あかを取ろうとしてかえって耳の皮膚を傷つけることもあるので、耳の穴の入り口に近いところにある大きな耳あかを取り除くだけで大丈夫です。

耳のみぞもしっかり拭いて

子どもの耳は小さく、みぞの中に汚れがたまりがち。お風呂上がりに綿棒などでやさしくふいてあげましょう。

耳の後ろの洗い残しに気をつけて

耳の後ろはすずぎにくいので、体を洗うときだけでなく、髪を洗うときに、ついでに耳の後ろまで洗う習慣をつけましょう。

まだまだ油断大敵 はしか (麻疹)

はしかは、過去の病気と思いませんか。現在、日本国内で発生するウイルスはありますが、海外で感染した人が日本で発症し、流行が広がることがあります。はしか自体もつらいですし、肺炎や脳炎など重い合併症もあります。しかも、感染力が強くて、免疫のない人の感染率はほぼ100%。予防接種を受けて、防ぎましょう。

登録再開の目安

熱が下がってから3日たっていること

予防接種のタイミング

● 1歳のお誕生日に MR

小さな子どもがはしかにかかる、合併症を起こしやすく、重症になることも。1歳になったらすぐに予防接種を受けましょう。

● ランドセルの準備と MR

MR ワクチンは、2回接種が必要ですが、2回目の接種は忘れやすいもの。ランドセルの準備と MR ワクチンの接種予約をいっしょに進めましょう。

3月のお歌・手遊び

- ★ うれいひなまつり
- ★ ぶんぶんぶん
- ★ おはながわらった
- ★ かわいいかくれんぼ
- ★ キャベツのなかから

アンケートはこちらから!

＼利用者アンケートご協力をお願い! 来年度の活動をより良いものにするために、アンケートを実施しています。3~5分ほどで回答できますので、ぜひ皆さまのお声をお聞かせください (※匿名で回答できます)

鯉ヶ沢町子育て支援センター
「こうめちゃんルーム」
社会福祉法人みちのく会
舞戸子の星こども園
舞戸町字鳴戸 347-43
☎：0173-72-2277
☎：080-7730-4263 (担当者直通)



鯉ヶ沢町子育て支援センター こうめちゃんルーム

舞戸子の星こども園では鯉ヶ沢町から委託を受け、子育て支援センター事業「こうめちゃんルーム」を行い、子育て親子の交流の場の提供と交流の促進、子育て等に関する相談・援助の実施、地域の子育て関連情報の提供、子育て及び子育て支援に関する講習等の実施等、地域の子育て支援機能の充実を図る取り組みを実施しています。

お子さんやお孫さんの遊び場所をお探しの方、遊び相手をお探しの方、成長の喜びや地域の子育て情報を共有できる子育て仲間を作りたい方、ぜひお子さんと一緒に遊びにいらしてみてください。歌ったり、遊んだり、製作をしたり、楽しいことをいっぱい見つけましょう。子どもたちが健やかに成長できるよう、お手伝いしていきたくて思っていますので、どうぞよろしくお願いいたします。

●日程：週3日の活動を予定しています。

活動予定日は、子育て通信「こうめこころ」、LINE 公式アカウント(@koume_room)、舞戸子の星こども園ホームページ、お電話でのお問い合わせにてご確認ください。

※感染症の流行や園での行事により、予定している活動が中止または変更になる場合がございます。その際は、LINE 公式アカウントを通じて速やかにお知らせいたします。

- 時間：午前の部 8:30~11:30
午後の部 13:00~15:00

- 場所：舞戸子の星こども園 子育て支援室

- 対象：子育て家庭の親子、妊婦さん

- お申し込み：予約は不要ですが、あらかじめご連絡いただけますと、よりスムーズにご対応できます。

※利用料金はかかりません。

※必要に応じてお子さん用の飲み物・おしぼり・紙おむつやお着替え等をお持ちください。

※駐車場は舞戸子の星こども園駐車場をご利用ください。



@koume_room
LINE 登録は
こちらから



子育てに1人で悩んでいるパパママさん！

子育てに不安や疑問を感じたとき、1人でどうしていいかわからないパパママさん！

まずはお気軽にお話しませんか？

子育て支援室に遊びに来るがてらご相談して下さってもいいですし、LINE 公式アカウントやお電話からもご相談を受け付けておりますので、よかったらお友達になってください♪

●出張子育て支援●

年間の乳児健診に合わせ、午後の部にて中央公民館1階講習室で出張子育て支援を行っております。製作や遊びの活動が中心となります。お子さん、お母さん同士の交流を楽しめるようにしていますのでぜひ遊びに来てください♪



●読書 DAY●

(日本海拠点館の図書コーナーに
絵本を見に行く日)

お散歩しながら、日本海拠点館の
図書コーナーへ行き、
絵本の世界を楽しみませんか？

※事前にお知らせいただければ、
天候に関わらず現地集合も可能です♪



●世代間交流●

学生ボランティアを受け入れ、
乳幼児の保育を体験してもらいます。
(対象：子育てや保育に興味がある
中学生・高校生・大学生)

鯉ヶ沢町子育て支援センター事業 ～活動内容～

●こうめっこくらぶ●

お子さんが自由に遊べる日です。
いろいろなおもちゃを用意して
お待ちしております。
また、製作や歌、親子でのふれあい
遊びを楽しみながら、
ゆったりとした時間を
過ごしましょう。
開放日には、園庭やホールも開放
しますので、広々とした空間で
のびのびと遊んでください！



●子育て講座●

子育てに関する知識やスキル
を高める勉強会や、お母さん
のリフレッシュを図る楽しい
体験講座などを行います。



●子育て相談●

子育てについて知りたいことや
相談したいことに
子育て支援担当者が答え、
不安の解消を図ります。
どんなことでもお気軽に
ご相談ください。

※事前にご予約をお願いします。

