

さくらんぼだよい 11月号

平成30年10月31日
【子育て通信】第246号



(月～金 9:00～14:00)

赤や黄に色づいた木々の葉がひらひらと風に舞い落ちて、秋の深まりを感じる季節となりました。朝夕の冷たい空気に「寒い」と感じるようになってきたので、風邪をひかないよう手洗い・うがいを習慣づけ、健康管理に気をましょ。今月は、みかん狩り・七五三・親子クッキングなど、いろいろな行事を予定しています。親子でふれあひながら、参加してくださいね。



おたんじょうび おめでとう

5日 つるた はくと 2さい
9日 きよはら とうま 1さい

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|---------------------------|---------------------|------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|----|
| | | | | 1 nico* サークル 予約済 | 2 みかん狩り | 3 |
| 4 | 5 自由あそび | 6 園庭開放 | 7 体を動かして あそぼう 11:30 | 8 サークル 開放 | 9 ヨチヨチ タイム | 10 |
| 11 | 12 七五三袋 作り 11:00 | 13 自由あそび | 14 自由あそび 七五三 | 15 園庭開放 | 16 ヨチヨチタイム (健康講座) 11:30 | 17 |
| 18 | 19 読み聞かせ 11:30 | 20 自由あそび | 21 親子クッキング (保健センター) 10:00 | 22 サークル 開放 | 23 勤労感謝の日 | 24 |
| 25 | 26 お絵描き 11:30 | 27 お誕生会 11:30 | 28 園庭開放 | 29 出前保育 (アスト2階) 10:00 | 30 自由あそび | |



保健コーナー

11月は乳幼児突然死症候群(SIDS)対策強化月間です

●乳幼児突然死症候群(SIDS)についてご存知ですか?
SIDSは窒息などの事故とは違い、健康状態や既往歴からの予兆がないまま、それまで元気であった乳幼児が、主に睡眠中に突然死亡する疾患です。平成28年度には109名の赤ちゃんがSIDSで亡くなっており、乳児期の死亡原因としては第3位となっています。

SIDSの予防方法は確立していませんが、以下の3つのポイントを守ることにより、SIDSの発症率が低くなるというデータがあります。

①1歳になるまでは、寝かせる時は仰向けに寝かせましょう
SIDSはうつぶせ、仰向けのどちらでも発症しますが、寝かせる時にうつぶせに寝かせた方が発症率が高いことが研究調査から分かっています。できるだけ、赤ちゃんの顔が見える仰向けに寝かせてください。

②できるだけ母乳で育てましょう
母乳育児が色々な点で良いことは知られています。母乳で育てられている赤ちゃんの方がSIDSの発症率が低いことが研究調査によって分かっています。

③たばこをやめましょう
たばこはSIDS発症の大きな危険因子です。妊娠中の喫煙はおなかの赤ちゃんの体重が増えにくくなりますし、呼吸機能にも明らかによくない影響を与えます。妊婦自身の喫煙はもちろん、妊婦や赤ちゃんのそばでの喫煙はやめましょう。

国東保健センターより TEL0978-73-2450

わらべうたあそび

【どんどんばし】



子どもが保護者の胸の中に来たら、「こんこんつかまらなくてよかたね」と言って抱き締める

保護者の足を橋に見立て、うたに合わせて渡る。両手をつなぎ、子どもは最初は足首の辺りに座り、うたいながら少しずつ前進していく

●うたい終わったところで保護者の胸の前に来られるように、子どもの動きに合わせてうたう速さを調節したり、もう一度、繰り返したりしましょう。

お知らせとお願い

- * 2日(金)は富来の吉田さんのご厚意で、みかん狩りの体験をさせてもらえるようになりました。ビニール袋とはさみを持参してください。園の駐車場に集合して、10時に出発します。(時間厳守)
- * 15日(木)は、七五三です。センターでは、14日(水)に子どもの健やかな成長を願って、園の神様にお参りします。
- * 16日(金)のヨチヨチタイムは健康講座です。保健師さんによるお話し・相談会となっています。どんな事でも、気軽にご相談ください。(例)子どもの感染症や予防接種の事など
- * 21日(水)は、親子クッキングです。国東町保健センターに10時までに来て下さい。参加される方は、エプロン・三角巾を持参してください。準備の関係で、参加確認をします。詳しくは掲示板でお知らせします。
- * 29日(木)の出前保育は、アストくにさき(2階和室 小)で10時～12時までの予定です。図書館にも行きます。

