



場所：紺屋町商店街 フロム2F  
 時間：9：00～15：00（15：00以降は相談事業）  
 連絡先：元気にこにこ堂 090-7624-9420  
 神拝保育園 0897-55-3052

今月は立冬を迎えます。立冬は、二十四節季の一つで冬の始まりを表しており、今年は11月8日(水)です。しのぎやすい気候の秋から、冷たい空気が冬を運んできます。

大人も子どもも体調を崩しやすいので、手洗い、うがいをして体調管理に気をつけましょう。うがいが難しいお子さまは、水分をこまめにとり、のどを潤すだけでも風邪予防になるそうです。



11月 元気にこにこタイム予定  
 (10時30分頃より)

日	月	火	水	木	金	土
			1	2 ふれあい遊び	3 文化の日	4
5	6 子育て相談 (越智ミドリ先生)	7 ふれあい遊び	8	9 おはなし広場	10 リズム遊び	11
12	13 ふれあい遊び	14 おうちでリフレッシュ ～リンパマッサージ～	15	16 おはなし広場	17 リズム遊び	18
19	20 育児講座 (越智ミドリ先生)	21 お店屋さんごっこ	22	23 勤労感謝の日	24 大きくなったかな	25
26	27 ふれあい遊び	28 誕生会	29	30 ふれあい遊び		



### 育児講座

日時：11月20日(月)  
 10：30～  
 講師：越智ミドリ先生

毎月楽しみにしてくれているお母さんがたくさんいます。皆さん是非参加してください。



### 育児講座の感想

『子どもを見ていると面白い!』についての話でした。

お話を聞いてとても楽しかったです。子どもの行動の裏にある気持ちや成長、発達に気づくことができました。これから、よく顔を見ていたら、人見知りの前兆だななど、今までより心を広くして子どもが見えそうです。そして、子どもの発達が楽しみになりました。

今まで自分が「なんでなんだろう？」って思っていたことを詳しく聞くことができてよかったです。どれも成長、発達に必要なことなんだと思いました。親の対応、かわりを知ることができて、これからは参加していきたいです。

“発達がわかると楽しい”と聞いて楽しめているかな？と考えました。一人でいると、まだこれができないと不安ばかりでした。にこにこ堂に来て、できていることを見てもらえて安心しました。

発達の段階を教えてもらえるので、次のステージが見通し立てやすくて助かります。どんな風に関わったらいいか、わからない時のアドバイスをもらえるので安心します。

人見知りがすごく激しくてにこにこ堂に来て1人私から離れず泣いていたのですが、人見知りは発達上とても大切だと聞いて安心しました。周りの子より発達が少し遅いですが、最近ようやくつかまり立ちをしたり、ハイハイが上手になってきたりして、彼なりのペースで発達しているんだと思えるようになりました。

子どもの発達をよく理解していると子育てがおもしろいと思った。「自分は大事にされている。自分、大好き」と思えるように関わっていきたい。

### 出前講座

#### 『リンパマッサージ』

- ◆ 健康課題：ストレス、肩こり、疲労、運動不足
- ◆ 効果：リンパマッサージを実施して、肩こりや冷えを解消する。さらに、体内の循環が整うことで疲労回復、免疫力アップをはかる。
- ◆ 日時：11月14日(火) 10：30～11：30
- ◆ 講師：瀬野 貴美枝先生
- ◆ 内容：講義「リンパについて知ろう」  
実践「セルフリンパマッサージを体験してみよう」
- ◆ 準備：ボディクリーム（トロットして伸びがいいもの）、膝まで捲れるような服装（ガウチョパンツ等）、バスタオル
- ※ ボディクリームの用意もしていますが、敏感肌やこだわりがある方は持参してもOKです。



最近の自分の声掛けを振り返ってみると、「やめて!」とか「ダメ!」をたくさん使ってしまうことに気が付きました。「禁止・命令・指示」の声掛けから変えていこうと思います。次男の写真をアルバムにしていなかったので印刷して「未来のため」に残しておこうと思います。お話ありがとうございました。

ちょうど今、11か月なので、今どんな状況かどんな発達段階か理解できました。ありがとうございました。

具体的にそのときの対応を教えていただきとてもありがたかったです。育児の見通しが大切なことを知ったのでよかったです。ありがとうございました。

### 今月の乳幼児健康診査

3か月児健診日 …R5.7月生

1歳6か月児健診日 …R4.4月生

3歳6か月児健診日 …R2.4月生

※ 日時等は、市のホームページで確認してください。

