

4月



あいこでしよ

令和7年4月号 発行 阿久根市子育て支援センター
79-3039

のびのびひろば

開催日 毎週 火・水・金曜日
時間 9:30～14:30
場所 みなみ保育園保育園の子育て支援室を
開放しています。
子育て仲間を誘ってゆったり
過ごしてくださいね。
室内のおもちゃは自由に使えます。

乳幼児に多い感染症

ヒトメタニューモウイルス

- 症状
- ・高い熱が出る
- ・咳が出る
- ・咳がゼイゼイする

ヒトメタニューモウイルス感染症は、春先に流行します。高い熱が4～5日続くのが特徴で、RSウイルス感染症に似た呼吸器症状が出る場合があります。

季節の草花

ホトケノザ

茎のてっぺんから上に向かってぴょんと飛び出すように花がつく姿が特徴的なホトケノザ。花を真正面から見ると、薄紫色の花に濃い紫色の反転がいくつかついています。これは花の奥に光があることを虫に知らせるためのサインです。花を横から見ると、花の筒に蜜がたまっていることを観察することができます。



ご入園・ご進級おめでとうございます

令和7年度のスタートです。暖かい日が増えて過ごしやすくなりますが、新しい環境は子どもたちには意外と負担になるものです。いつもより子どもたちの様子に気を付けて見守ってあげてください。

子育てサークルのご案内

サークルが初めての方に
おすすめわかばサークル
(折多地区集会施設)楽しい親子あそびの場です。
お気軽にお越しください。すこやか子育て支援センター 75-0177(おりた保育園)
のびのび子育て支援センター 79-3039(市役所こども保健課)※あくね市民カレンダー「こよん」で
開催日の確認をしてください。

初めての育児におすすめ

～1歳未満～
たまびよサークル
(西目地区集会施設)

1歳未満におすすめ

ひよこサークル
(折多地区集会施設)

未就園児におすすめ

こあらサークル
(脇本保育園)

未就園児におすすめ

カンガルーサークル
(牧内農村環境
改善センター)

ぐっすり眠って、大きくなろう

小さな子どもにとって、睡眠は体と脳を大きく成長させる時間。十分な睡眠時間をとれているか、生活リズムを見直してみましょう。

生活リズムを整えるホルモンは、睡眠中に分泌され、特に1歳代に急に分泌量が多くなります。小さいころによく眠る習慣をつけることが、発達を促し、生活リズムを整えるというよいサイクルにつながります。

脳では…

成長ホルモンによって、脳の神経のネットワークが作られます。また、その日に学んだことや記憶を整理したり、働いた脳を休めたりと、子どもの脳は睡眠中に成長します。



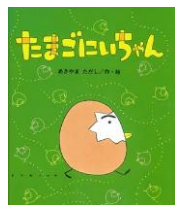
体内では…

ぐっすり深く眠っているときには、骨や筋肉をつくる成長ホルモンがたくさん分泌されます。

子どもの睡眠は、大人とは時間も質もちがいます。子どもがしっかり眠れるよう、大人が生活サイクルを合わせてあげましょう。

おすすめの絵本

たまごにいちゃん

作: あきやま ただし
出版社: 鈴木出版

本当はもう、たまごから出ているはずのたまごにいちゃんは、ずーっとたまごでいたいと思っていました。だって、たまごだったらお母さんにあたためてもらえるから。ところがある日、たいせつなたまごのからにひびが入ってしまっ…成長する子どもの心の揺れをユーモアたっぷりに描いたお話です。

キャベツくん

作・絵: 長 新太
出版社: 文研出版

キャベツくんが道を歩いていると、向こうからやってきたのはブタヤマさん。ブタヤマさんはお腹が空いてフラフラです。キャベツくんが「こんにちば」と挨拶をしても、返ってくる返事は、「フー」。ところがブタヤマさんは、あまりにもお腹が空き過ぎて、次の瞬間にはキャベツくんをつかまえて、こんな事を言うのです……

春の穏やかな陽気が心地よく、草木が芽吹く季節となりました。春は自然と触れ合う絶好の季節です。お子さんと一緒に外で遊び、自然を五感で感じられる機会を作ってみるのもいいですね。たんぽぽやチューリップなど、春ならではの花を観察したり、虫探しをしたりする中で、子どもの発見力や好奇心が育まれます。また、この時期は昼夜寒暖差があるため、薄着になりすぎないように注意し、体調管理を心掛けましょう。

阿久根市子育て支援センター 79-3039