

1月

あいにこでしよ

令和6年1月号 発行 阿久根市子育て支援センター
73-1248



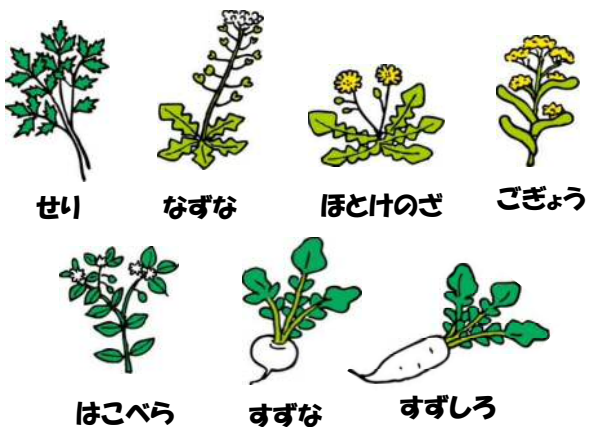
あけましておめでとうございます

2024年の幕開けとなりました。冷たく澄んだ空気が清々しい新年ですね。新しい一年が、子どもたちにとって、また保護者の皆様にとって笑顔があふれる年になりますように、お祈りいたします。



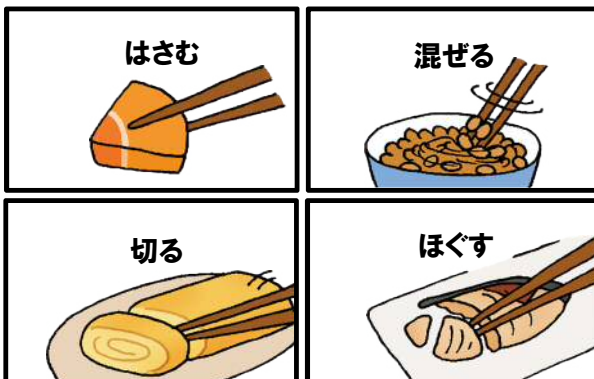
「春の七草」

春の七草を知っていますか？セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロです。7日に七草がゆを食べると、1年間病気にならないで元気に過ごせると言われています。お正月はつつい美味しいものをたくさん食べるので、胃腸にとっては優しい食べ物ですね。是非家族で食べて元気に過ごしていきましょう。



いろいろなことができる！ 便利なはし

はしは、はさんだり、混ぜたり、切ったり、ほぐしたりするなど、多彩な機能を持っています。はしを使うことは、手そのものの器用さが増すだけでなく、脳の発達も促すともいわれています。はしを使ってさまざまな動作にチャレンジしてみましょう。



子どもとスキンシップ♪ チョンパー

- ①向かい合って、「チョン、チョン」と言いながら、軽く拍手を2回する。
- ②パーでお互いの手を合わせる。
*人差し指で2回拍手をしたり、「ぱー！」のときにほおや、頭、胸などに両手を添えたり、小指でタッチしたりしても楽しい。

ポイント

- ・手を合わせた瞬間に、にっこり目と目を見かわすことで、きずなが生まれます。
- ・慣れてきたら、「ちょうちょ」や「チューリップ」の歌に合わせてすると、楽しさが増します。

やけどを防ぐには「触らせない」



家庭内でのやけどの多くは、キッチンやリビングで発生しています。キッチンでは調理中のようすを見に来た子どもが、ガスやこんろやなべ、フライパン、オーブンやトースターなどに触れてしまうことが考えられます。

また、テーブルの上の熱い飲み物や食べ物に手を伸ばしてしまうこともあります。

家庭内に潜む「やけどをしよう危険」について、しっかりと子どもたちに伝えてください。

冬のお風呂の温度

冬は外気温が下がるので、温かいお風呂でしっかり温まりたくなりますが、それは大人だけです。赤ちゃんや子どもは皮膚が薄いので、大人にとっての「ちょっと熱め」では熱すぎます。冬なら37度くらいにしましょう。それくらいが子どもたちの体にとっては適温です。また、湯船に入っている時間は長くても10分～15分くらいにしましょう。

おすすめの絵本

14ひきのもちつき

作・絵： いわむら かずお
出版社： 童心社



薪をわるおとうさん。かまどに火を入れたおじいさん。おばあさんとおかあさんは、お米の準備。子どもたちも起きてきて、お手伝いします。さあ、いよいよおもちつき。ぺったん！とたん、どんなおもちができたかな？

おやすみゴリラくん

作・絵： ベギー・ラスマン
訳： いたう ひろし
出版社： 徳間書店



夜の動物園で管理人のおじさんが、動物のオリを見回ります。「おやすみ、ゴリラくん」「たのしいゆめみなね、キリンさん」…。ところが、いたずらもののゴリラくん、カギ束をこっそりぬきとり、動物たちのオリを開けて回ったから、さあ大変！シンプルな面白さの絵本です。

1月は旧暦で睦月（むつき）とも呼ばれます。仲良く親しむことを意味する「睦む」という言葉から、一年の初めに親戚や知人など親しい人々が仲良く過ごす姿を表したことが由来とも言われています。良い言葉ですので、この機会に子どもたちに伝えてみるのもいいですね。