

なかよしメール 7月

洞爺湖町子育て支援センター TEL 0142-76-2008

メールアドレス kosodate.center@town.toyako.hokkaido.jp

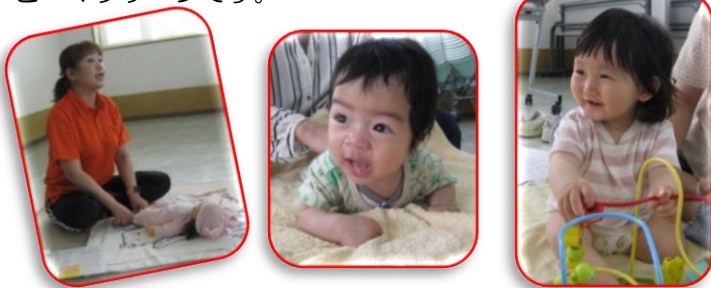
R8年7月1日

ようやく気温も上がり日差しが暑いなぁと感じるようになりました。こども達の大好きな水遊びの季節がやって来ました。お天気がいい日には、水遊びや裸足になり砂場で遊んだり季節の遊びを楽しみたいです。今年度から洞爺保育所にもプールを用意しました。ワクワクウキウキですね！水分補給、着替え、帽子、タオル等の用意をお願いします。

子育て教室「ベビーマッサージ オイル無し」6/16

2組のママが参加してくれました。

ベビーマッサージは、赤ちゃんにとって肌が丈夫になり免疫力が高まります。おなかの調子、手足の血液循環、呼吸器の働きが良くなりリラックス効果間違いなしです。また、ママにとっても、こどもの心と体の健康を知ることができ、心地良い時間を過ごすことで親子の信頼関係や絆が深まると言われています。普段の生活の中で、取り入れて欲しいひとつがベビーマッサージです。



アットホームな雰囲気ではベビー達に癒されながら、ゆったりと楽しみました。子育ての経験談や雑談をしながら「アハハ」^o^（「オホホ（〇）」と笑い声いっぱいであっという間のひとときでした。



子育て教室「マッサージでリフレッシュ」5/26

7名の方が参加してくれ、講師のクーリーさんの穏やかな声に癒されながら、ストレッチの方法や、オイルを使ったフットマッサージ、一日の足の疲れをとる簡単な方法なども教えていただき、リフレッシュできるひと時を過ごしました。参加していただいた方からは「とても分かりやすい説明で家でもやってみようと思います」などのお声をいただきました。



「7月の予定カレンダー」

日	月	火	水	木	金	土
			1	2 	3 桜ヶ丘保菊所開放 (計測)	4
5	6 	7 	8	9	10 洞爺保育所開放	11
12	13	14 子育て教室 「シーグラスフォト」	15	16	17 入江保育所開放	18
19	20 海の日	21	22	23	24 本町保育所開放	25
26	27 	28 	29	30	31 桜ヶ丘保菊所開放 	



開設と開放



夏に流行する病気

様々な夏風邪の症状や皮膚疾患が増えてきますので、この時期に流行しやすい感染症を知っておきましょう。

『手足口病』

口内に白いポツポツが生じます。その後、手のひらや手の甲、足裏、足の甲、指、膝、臀部（しり）などに2～3ミリ程度の赤みのある水泡性発疹が出ます。

〈対応〉

手、足、口、全てに症状が出るとは限らないが、疑わしい場合は受診しましょう。

『ヒトメタニューモウイルス』

高熱（4～5日続くことが多い）激しい咳、鼻水、喉の痛みがあり、咳が長引きやすく、1～2週間ほど続くことがあります。

〈対応〉

細気管支炎や肺炎を合併して息苦しくなることがありますので早目に受診しましょう。

『熱中症』

乳幼児の熱中症は、短期間で容態が急変する事があります。それは、まだ体温調節が出来ないからです。

保護者が適切な予防策を知り、配慮していけば、必ず防げるものなので日常での配慮点と症状を知っておきましょう。

※外にでる時は、必ず帽子をかぶる。

帽子を嫌がる子もいますが、その都度「頭がいたくならないようにかぶろうね！」など言葉かけをすると子どもは、かぶる物として認識してくれるようになります。

※水分をこまめにとる。

※散歩や外遊びは、涼しい時間帯を選び、日陰がある場所で遊ぶ。など予防策があります。

〈主な症状〉

- ・高温多湿の環境にいて、顔が真っ赤になっている。
- ・唇が乾いている。指で口の中を軽く触ると乾いている。
- ・普段より、大量の汗をかいている。
- ・水が飲めない、飲みたがらない。
- ・下痢や嘔吐をしている。
- ・呼びかけても反応が鈍い。
- ・まったく反応がない。意識がない、ぐったりしている。

以上の症状があったら熱中症の疑いがあります。

呼びかけても反応しない、ぐったりしている、水を飲めない状態なら救急車を呼びましょう。

イヤイヤ期をどう受け止める？

「イヤイヤ期」が起こる理由

一般的に1歳半くらいから3歳頃の子どものやってくる「イヤイヤ期」。あれもイヤ！これもイヤ！と事あるごとに怒ったり、泣いたりしますが、何も大人を困らせようとしているわけではありません。イヤイヤ期は、（第1次反抗期）ともいわれこの時期の「イヤイヤ！」は、子ども達の心が成長している証拠でもあります。子どもは、1歳半頃になると自分と他人の違いがわかるようになり、自己意識が芽生えてきます。すると「こうしたい」「自分でやりたい」と物事を自分から進んで行おうとする自発性が強くなります。一方で、言葉を理解したり言葉で表現したりする力、また、感情を抑えたりコントロールしたりする力は、十分に発達していません。そのため、自分がやろうとすることを周りに止められたり、思うようにできなかつたりしたときに自分の気持ちをうまく言葉にしたり我慢したりできず「イヤ！」と感情を爆発させるのです。

「イヤ！」と言えることでさらなる成長につながる

イヤイヤ期の子ども達の「イヤ！」という言葉は、「自分でやりたい！」という気持ちの裏返しで、自己主張の第一歩です。そこで自分の主張が受け入れられたり、受け入れられなかつたりする経験を通して、自分の気持ちを伝える力や感情をコントロールする力など、さまざまな能力を身につけていきます。子どもが「イヤ！」と言えることに価値があり、それが成長するきっかけになります。その際、当然ですが頭ごなしに否定したり、一方的に我慢させたりするのはNG。子どもの思いを察して、受け止めることが大切です。そのうえで、子どもの気持ちが落ち着くように、また納得できるようにサポートします。子どものイヤイヤに対応する大人は、そのたびに時間も労力もかかりますが、「イヤと言えるまで成長した」「やりたいという意欲が育っている証拠だ」などと、できるだけポジティブに捉えられるように心がけてみましょう。

