



日に日に強くなる陽ざしに夏の訪れを感じる今日この頃です。みなさん、元気でお過ごしでしょうか。朝夕と日中の寒暖差が大きいこの時期は、小さなお子さんは自分からは日陰に入らなかったり、水分を摂らなかったりすることもありますので、体調管理もむずかしいですね。いつもと違う様子があったら、無理せずにゆっくり休ませてあげましょう。

元気いっぱいのお友だちはぜひ妙高キッズクラブへ遊びに来て下さい。お母さんやお友だちと一緒に楽しい時間を過ごしましょう。



## 7月のキッズクラブのご案内

### 要予約 『7月のお誕生日会に参加しましょう』

開催日…7月5日(水) 7月4日(火)までにお申し込みください

受付…午前10時00分 活動…午前10時15分開始

※キッズクラブに登録してみえる7月生まれのお友だちには、お誕生日会の招待状を同封させていただいています。

※まだ登録してみえない方で7月生まれのお友だちには、ご連絡いただければ招待状を送らせていただきます。

※妙高保育園の7月生まれのお友だちと一緒に祝いましょう。

※誕生日プレゼントは手作りのアンパンマンフォトカードと写真、キラキラの冠です。どうぞお楽しみに♡



### 要予約 『親子遊びの会』

開催日…7月14日(金) 7月13日(木)までにお申し込みください

受付…午前10時15分 活動…午前10時30分開始

①親子ふれあい遊び歌

②プロジェクターによる『絵本の読み聞かせ』

♡5日、14日の活動に参加をご希望の方は、いずれも前日までにお申し込みをお願いいたします。(妙高こども園 TEL 65-3210)

## 子育てワンポイント♡

## ★生活習慣(着脱編)★

### 0歳児

- Q. 寝返りしてすぐに動いてしまい着替えがスムーズにいきません。
- A. できるだけ手早く着替えをすることはもちろん、心地よい雰囲気作りを心がけましょう。天井からつってあるモビールに注目させたり、お気に入りのおもちゃをそばに置いたりして安心させたり、好きな歌をうたってその間に着替えてみたり、体をマッサージしてみるなど、いろいろな楽しい演出を試してみてもいいでしょうか。
- Q. 自分で脱いだり着たりできるようになるのはいつごろですか？
- A. お座りの姿勢が安定してきたら、大人のひざに座らせて一緒にズボンをはくところから始めてみましょう。その繰り返しの中で徐々に着脱に協力して動いてくれるようになったら、「自分で」着替える第一歩です。ゆったりとした気持ちで育ちを見守りながら取り組んでいくようにしましょう。

### 1歳児

- Q. 着替えを手伝おうとすると、すごく怒ります。
- A. 「自分でやりたい」という気持ちが高まり、自我が芽生えてきたということですね。しっかり成長している証拠です。ゆったり構えて、「なんでも自分でやってみよう」と思ってみてはどうでしょう。子どもにまずはやらせてみて、「できた」という経験がたくさんできるように見守り、できないところはさりげなく手伝うようにしていくとよいでしょう。
- Q. うまくできないとイライラして泣き、その後やる気がなくなってしまいます。
- A. できないと葛藤する中で、少しずつやり方を学んでいきます。少し時間をおいてから、「一緒にやってみよう」と声をかけ、「こうするとできるね」などと、子どもと確認していきましょう。少しでもうまくできたら、たくさんほめたり、一緒に喜んだりすることもやる気をアップさせる方法の一つです。

### 2歳児

- Q. すぐ大きくなってしまっているので、大きめの靴を買いたいのですがどうでしょう？
- A. 足のサイズに合っていないものは脱げやすく転倒などの危険もありますし、体の発達上も良いとは言えません。面ファスナー式のしっかり固定できるタイプの靴なら、少し余裕がある場合でも、締めて調整することもできます。購入するときは必ず子どもに履かせてみて足のフィット感を確認しましょう。
- Q. 「きつい」(サイズが小さい)と言って服やズボンをはきたがりません。
- A. サイズは合っても、特に夏場は汗ばむため、今まで普通に履けていたものが着脱しにくいことがあります。また伸縮性が少ない素材だと伸び縮みにくく、窮屈に感じてしまうことがあるようです。着替えがスムーズにいかないことで子どもの意欲が落ちてしまうこともありますから、その場合はひとつ大きめのサイズに替えて様子を見てみる方法もあります。