



社会福祉法人 森のひろば
こぐまこども園

園庭や公園でも、草花や昆虫、小さな生き物が顔を出し始めました。さて、子育て支援にここのクラブでは、楽しい活動を沢山用意しています。おおむね第2・第4火曜日(14:00~15:30)を基本に活動を行っています。祝日等の関係で週や曜日が変更になる場合もあります。

いろんな遊びを体験し、手作りおやつを食べて帰りませんか?おやつは、大人も子どもも1人50円です。申し込みの電話をされる時、詳細(お子様の年齢・アレルギーの有無等)をお知らせください。

<4・5・6月の予定> ※都合により変更する場合がありますのでご了承下さい。

日程	活動内容	おやつ
4月8日(火)	園庭遊び	冷製サラダビーフン・鉄ビタ・牛乳
4月22日(火)	こいのぼり製作	UFOパン・果物・牛乳
5月7日(水)	ボール遊び	マーマレードスコーン・ヨーグルト
5月20日(火)	砂場遊び	カルシウムおにぎり・いんげんおかか和え・牛乳
6月10日(火)	運動遊び	おたのしみ惣菜パン・果物・牛乳
6月24日(火)	おままごと	みかんシャーベット・クラッカー・牛乳

～子どもとの触れ合いがもたらす効果～

肌と肌の触れ合いであるスキンシップ。言葉のいらないやり取りですが、スキンシップは言葉以上の愛情表現です。子どもとのスキンシップの、たくさんのメリットを振り返ってみましょう。

- ・あたたかな体温で安心できる
- ・ハグで分泌されるホルモンで心もリラックス
- ・将来の子どもの学力に影響すること(社会性が高まる、IQが高くなる、ストレス耐性が上がる、等)

「くすぐったり高い高いをしたり、一緒に触れ合い遊びをする」

触れ合い遊びもスキンシップのひとつです。手遊びやダンスなど、親子でスキンシップしながら遊ぶ方法はたくさんあります。赤ちゃんならご機嫌を取るために「こしょこしょ」とくすぐっても良いですし、高い高いもスキンシップの一つでしょう。子どもが笑顔になると、ママまで幸せな気分になりますね。

「手をつなぐ」

抱っこできないときは手を繋いだりして、肌を触れ合うと良いでしょう。手を繋ぐタイミングはいつでも構いません。寝かしつけの中で手を繋いでもOK、公園に行く途中で手を繋いだりしてみてください。

「抱っこする」

子どもを抱っこしたりおんぶしたりというのは、スタンダードで簡単なスキンシップのひとつです。子どもが抱っこを求めているときは、時間や環境が許せばぜひ答えてあげましょう。もしママが抱っこしたい!と思ったなら、子どもがほかの遊びに夢中になっていない時が良いでしょう。大きくなって身体的に抱っこできなくなったら、抱いてあげるのも同じ効果です。

子どもとのスキンシップには、子だけでなく親にもメリットが沢山あります。毎日の触れ合いを生活の中で自然に続けられると理想的でしょう。特に子どもが不安を覚えやすい場面や時期には、スキンシップを意識的に取り、親にとっても安らぎを覚えるひとときです。いづれにしても「お手てつなごうね」「抱っこしようか?」等、子どもの気持ちを確かめてあげると一方的でなく、効果も倍増することでしょう。



申し込みは事前にお電話で
TEL 245-5333 FAX 245-5336
〒861-5515 熊本市北区四方寄町 39-1