



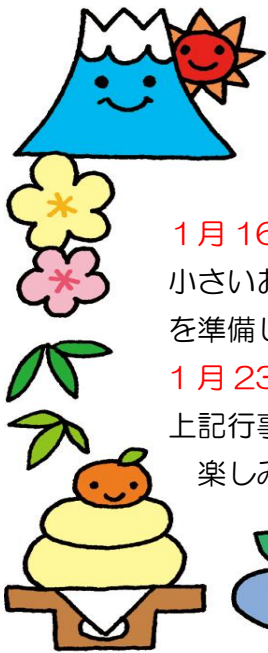
# たけのこだよ！ 1月号

(地域・戸倉地区・歌津地区子育て支援センター)



**新年あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひいたします。**

2018年、新しい年がスタートしましたね。お正月休みが明けて、久しぶりに会う子供たちの笑顔や「せんせー」の声に、なんだかホッとするような温かな気持ちになりました。今年も健康に注意して、病気やケガのない元気で笑顔いっぱい、**ワン**ダブルに楽しく過ごしていきましょう。



## 1月の行事予定

**1月16日** お正月遊び会を予定しています。  
小さいお友達でも一緒に楽しめるお正月遊び会を準備しています。ぜひ参加してくださいね。

**1月23日** 離乳食教室  
上記行事の詳細については、後日連絡します。  
楽しみに待っていてくださいね〜♡



「初寝め」はお済ですか？  
初夢、初荷、書き初め…いずれも新年になって行うものですが、お子様に「初寝め」は、もうお済ですか？叱ったり、注意したりすることは多いですが、寝めることは意外と少ないものですよ。お子様のやる気をおこすのは、寝められたときです。大いに寝めて、やる気スイッチをonしてあげましょう！

**2018年が、ご家族皆様にとって、良い年でありますように♡**



## 教えて！教えて！ クチュクチュ・フクフクうがい

「うがい、手洗いをして風邪を予防しましょう！」と、この時期はよく聞かれますが、さて0～3歳までの子供たちにどう教ればよいのでしょうか？  
0歳児は、まだうがいが出来ないのです、離乳食やおやつのお茶や白湯を飲んで口の中がさっぱりすれば十分です！

**(\*^\_^\*) 保護者やお家の方がお手本 (\*^\_^\*)**



うがいの練習を始めるのは、おおむね1歳過ぎから。保護者やお家の方がお手本を見せながら、コップに入れた少量の水を口に含んでクチュクチュうがい出来るようになると、2歳6ヶ月頃からブクブクうがいも出来るようになるので、焦らずに進めてみましょう。

子どもは保護者やお家の方の姿をよく見ています。1回2回で、出来ないのは当たり前！子どもと一緒に何回も「クチュクチュ、ペッ！」を繰り返すことが大切なのです。

例えば、外から帰ってきた→手洗い→うがい練習。など、生活習慣の一部に取り入れると、子どもたちもイメージしやすく、習慣として身につけやすいですよ！

