

令和 5年 12月
 豊川市子育て支援センター
 TEL 89-1398
 〒442-0068
 豊川市諏訪3丁目300番地
 プリオビル5階

あっという間に12月となり、お家の片づけや年末年始などの準備で気持ちも体力的にも忙しい季節です。風邪や感染症に気を付けて手洗いうがいをしながら、冬も元気な体で過ごしたいものです。来年も引き続き、たくさんの親子が思いきり笑って楽しめる教室を用意してお待ちしております。



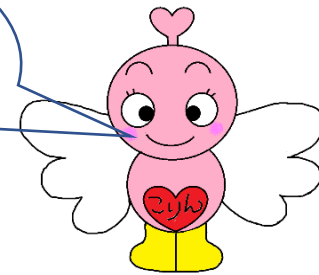
お待たせしました！！

市制施行80周年記念として、つながるノート
 じゃんけんぽんが新たに全カラーと見やすくなり、
 発行することとなりました！

行政情報や子育てに役立つ情報を盛り込んだ
 子育て世代の生活情報誌です。

まだお手元にはない方は、プリオビル5階子育て支援センターの情報コーナーに置いてあります。

※子育て支援センターの
 ホームページでも閲覧
 できますよ！



豊川市子育て支援キャラクター
 こりん

豊川市つながるノートじゃんけんぽん で検索してみてくださいね！！

子育て支援センターでは相談（来所・電話）を受け付けています

予約は不要です。いつでも子育て相談を受け付けています。「こんなことで相談してもいいのかな？」なんて迷われている方、まずは子育て支援センターへお話しに来てください！

【受付時間】 午前10時～午後6時
 月曜日～金曜日（祝日・プリオビル定休日を除く）
 【電話番号】 0533-89-1398



『保活（ほかつ）』という言葉をよく耳にしませんか？ →乳児期は焦らなくてもよいですよ

保活とは、子どもを保育園に入れるための活動のこと。近頃、ネット検索をして心配になり、妊娠期や未満児で数年後の入園を今どのように過ごせば良いか心配されて支援センターへ来訪される方が増えてきました。

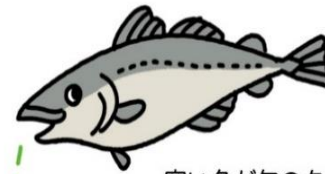
保育園を選ばれるポイントとして、小学校区内の保育園やご両親の通勤経路、保育時間など色々ありますが、その中でも一番大切なことは、お子さんが積極的で友だちを作っている子、一緒に仲良しの友だちがいることで安心できる子、ゆっくりした中でじっくり取り組むことが好きな子、友だちと競い合ったり協力したりしながら遊ぶことが好きな子など、どのような性格で、どのような遊びが一番好きなのか、などお子さんの姿をよく見て知っておくことです。

年少児（3歳児）でも、友だちと遊んでいるように見えてまだ個々で遊びを楽しむ（並行遊び）時期です。そこから少しづつ他者に目を向けられるようになり、大人を介して徐々に友だちとの関わり方を経験し、一緒に遊ぶことを楽しめるようになっていきます。

0歳や1歳から早くお友達と関わりができる経験を…など無理に焦って『保活』しなくても、色々な遊び場（公園・児童館・様々な親子あそび教室）などへ親子で出かけ、ゆっくり関わりながら愛着関係を築いていきましょう。

特に言葉を獲得していく乳児期は、「ごはんおいしいね」「車来たね」など、遊びや生活の中でお子さんが見ている物や感じている気持ちを言葉で代弁しながらゆっくり関わってあげられると良いですね。

※WEBで検索する前に、
 いつでも子育て支援センターへ相談しに来てくださいね。



寒い冬が旬のタラは、脂肪が少なくヘルシーな魚。さまざまな調理法でおいしく食べられますが、おすすめは鍋物。ほかの野菜といっしょにとることでバランス良く摂取することができます。



今がおいしい！
 タラとミカン

冬になると恋しくなるのがコタツとミカン。ミカンはビタミンCがそのままとれて免疫機能を高め、風邪の予防につながります。疲労回復の効果があるクエン酸も含まれています。



「ノロウイルスやアデノウイルス」という感染症をご存じですか？
 下痢、嘔吐、腹痛などの胃腸炎症状を来した状態の事です。
 完治するまでには数日かかりますので、発熱だけでお子さんの体調を見るのではなく、熱がなくても、下痢や嘔吐の症状がある場合は、早めの受診と経過観察をし、無理のないようゆっくり過ごしましょう。
 感染症胃腸炎の感染力は非常に強く、周りのお友達や大人にもうつしてしまいますので気を付けてください。

