



気持ちよく晴れ渡った空、眩しい太陽の陽射し、夏本番です。たくさん遊んで、いっぱい食べて、しっかり休息をとりつつ、体の変化・環境の変化にも気をつけながら、この夏を元気に過ごしましょう。水遊びが楽しい季節！この夏に、体力をつけて免疫力を高めると、秋冬に向けての感染症対策にとっても有効です。

こどもの杜タイム→0歳～就園前 ぴよぴよタイム→0歳児対象
 サークル支援→ちびっこクラブ センター開放→0歳～就学前

♥子育て支援センター「ぽぷり」HP♥ 津別町こどもの杜トップページ⇒子育て支援⇒ぽぷり0月号をクリック！

8月の行事予定表

津別町新町21 子育て支援センター TEL0152-77-3337

AM 9:30~11:30

PM 13:30~16:00

継続利用日(不定期) 9:30~15:00

日	月	火	水	木	金	土
1 休	2 お休み	3 水遊び・自由遊び センター開放	4 水遊び・自由遊び センター開放	5 水遊び・自由遊び センター開放	6 午前閉館 わんぱく学級 PM センター開放	7 水遊び・自由遊び センター開放
8 休 山の日	9 休 振替休日	10 水遊び・自由遊び センター開放	11 センター開放 ぴよぴよタイム① 沐浴・水遊び PM センター開放	12 センター開放	13 センター開放	14 センター開放
15 休	16 お休み	17 こどもの杜タイム 制作遊び 《ひまわり》 PM センター開放	18 こどもの杜タイム 制作遊び 《ひまわり》 PM センター開放	19 サークル支援日 ねんねハイハイあんよ ダッシュレース PM センター開放	20 センター開放	21 センター開放
22 休	23 センター開放	24 こどもの杜タイム 《外遊び》 身長体重測定 PM センター開放	25 ぴよぴよタイム② 0歳児集まれ！ 身長体重測定 PM センター開放	26 こどもの杜タイム 楽しいお話 《おばけだぞ！》 身長体重測定 PM センター開放	27 センター開放 身長体重測定	28 お休み
29 休	30 お休み	31 こどもの杜タイム 《リトミック》 PM センター開放				



★ 絵本コーナーにある絵本・育児本の貸し出しを行っています 貸出期間…2週間 ★
 絵本は、素晴らしい知育遊具！絵本を通じて親子の絆を深め、豊かな心を育みましょう





11日(水) ぴよぴよタイム♪

夏のセンター開放中のため、多目的室(園庭側)で行います。体操・自由あそびの日です。天候にあわせ沐浴や日向ぼっこも出来ますので、帽子や飲み物などをご持参ください。あしがた制作も出来ますよ～♪



こどもの「ストレス」とどう向き合う？

「ストレス社会」と言われる現代！コロナ禍での自粛生活等でストレスを感じているのは、大人だけではなく子どもも様々なストレスと日々戦っています。

🐞🌿 「ストレス＝様々な外的刺激によってもたらされる生体内のゆがみ」は、ボールが外からかかる力が強いと押しつぶされへこんでしまうようなものです。内側から押し戻そうとする力が同じくらい強ければゆがみませんよね。「ストレス(外的刺激)」にさらされると、様々な症状が体に現れます。

🌿🐞 【乳児のストレスの要因】 🌿🐞

★ 0歳前半 ★

背中がかゆい・重ね着で暑い・お腹が張って苦しい環境的要因や身体的要因が中心

★ 0歳後半 ★

慣れた人や場所を「安全」と認識するようになる半面、それ以外の人や場所に不安を感じる

★ 1歳後半 ★

自我の芽生えと共に「自分でしたい」気持ちが満たされないと強い怒りを感じる

★ 全年齢 ★

母親の妊娠、妹や弟の誕生、両親の不和、保護者による過保護・過干渉関わり

「子どもがストレスを感じる＝悪」ではありませんが、子どもは大人と違って自分ではストレスを発散できません。大事なことは、適切な支えがあるかどうかです。不安や緊張を感じているようならスキンシップで気持ちを安定させ、子どもが「楽しい」と思える関わりで気持ちを切り替え、子どもを尊重し感情を受け止めます。機嫌をとったり言いなりになったりせずに「行動」と「気持ち」を区別して「子どもの思い」に寄り添います。子どもの変化を敏感にキャッチし、原因を取り除きましょう。子育てを楽しむ為にも、関わる大人が自分流ストレス発散法を見つけて、笑顔の毎日を！



8月

こどもの杜タイム&講座

♡ 夏のセンター開放 ♡

親子にあった夏の遊びが選べます

外遊び → 砂場・園庭遊び

持ち物：帽子(親子)

水遊び → 持ち物：着替え・タオル・帽子

水遊び用紙パンツ

室内遊び → 自由遊び

制作遊び「ビーチサンダル」

水分補給 → 飲み物(親子)



満足できた遊びの後は、次の行動へスムーズに気持ちが切りかえやすくなり、機嫌よく過ごせます。乳児期から習慣付くと、親子関係はさらに良好になりますね。

月齢に添った満足できる遊びを見つけて、ポジティブサマーを過ごしましょう。



♡ 夏の「あしがた」制作 ♡

お子様の「あしがた」でビーチサンダル作り



夏の自由制作開始は 10時～

制作を希望される方は、来館時にお声掛け下さい。午前中だけの活動です。開始時間に遅れないように、お越しくださいね。立体的な制作ですが、フレームに収めると、素敵な「夏アート」に大変身！お父さん・お母さんのサンダル作り(笑)も大歓迎です。

どんなサンダルが出来るかな？

