

一の宮子育て支援センター便り No. 120



子育て通信

えがお

開所時間
月～金 8:00～16:00
土 8:00～13:00
カレンダーの☆マークの日は自由にご利用ください。

【お問い合わせ】
一の宮子育て支援センター
(りんどう保育園内)
☎0967-22-4539
お知らせ端末☎91-1883

寒さも少しずつ厳しくなり、本格的な冬がやってきました。冬は感染症が流行しやすい時期です。予防のためにも手洗い・うがいをしっかりと行い、栄養や睡眠を十分にとり、体調管理に気を付けましょう。また、外に出るのも億劫になりますよね！すぐ近く広場でお友だちとたくさん遊び、体を動かして寒い冬をみんなで元気に乗り切りましょう！

子育てワンポイント アドバイス

～イヤイヤ期のじょうずな乗り切り方～

イヤイヤ期って？

イヤイヤ期とは、子どもが成長する過程で自己主張が激しくなる2歳前後に起こる時期のことをいいます。「自分でやりたい」という気持ちが強くなるものの、なかなか思い通りにいかず、泣いたりかんしゃくを起してしまいます。しかし、これは自分の意思を伝え、感情をコントロールする力を学ぶ大切な過程であり、言葉が発達し、感情のコントロールができる3～4歳頃には落ち着くと言われています。

イヤイヤ期の子どもはどんな姿？



イヤイヤ期の子どもとうまく関わるポイント！

誰しもが必ず通る大切な過程と知る

イヤイヤ期は「あれがほしい」「これをやってみたい」など自分の意思をはっきりとつぶやいた証拠です。大人の方が余裕を持ち、おおらかに受け止めましょう。

自分も一緒に怒らない

大人の方が余裕を持って…とはいえ、それが難しい時もあります。そんなときは、子どもに対応する前に少し間を置いて、気持ちを落ち着かせましょう。

選択肢を2つ用意する

自我が芽生えてきたイヤイヤ期の子には、どちらか選べるよう選択肢を2つ用意するのが効果的です。自分で選んだという達成感を得ることができ、気持ちが落ち着きます。

世界文化社“PriPri”参照

イヤイヤ期は順調に成長している証！わかっていてもつい感情的になってしまいますよね！完璧にできなくてもいいと思います。一人で悩まず、子育て支援センターで同じような悩みをもつ親同士でおしゃべりをしながら悩みを共有し、リラックスして乗り越えていきませんか。

1月 ★マークの日が活動日です。
☆マークの日は自由にご利用ください。

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				元日		
4	5	6	7	8	9	10
☆	☆	☆	★	☆	☆	
11	12	13	14	15	16	17
			★	☆	☆	
18	19	20	21	22	23	24
☆	☆	☆	★	☆		
25	26	27	28	29	30	31
☆	☆	☆	★	☆		

1月の活動予定

- 8日 (木) アートプログラム※要予約
15日 (木) 12・1月生まれの誕生会
身長体重測定
22日 (木) エコクラフトでかご作り
※要予約
29日 (木) おにのお面作り※要予約

活動時間は、10:30～11:30です。

2月の活動予定

- 5日 (木) ヨガ教室※要予約
12日 (木) おはなし会・ふれあいあそび
身長体重測定
20日 (金) わいわい子育て相談会
※要予約
26日 (木) ひな人形作り※要予約

活動時間は、10:30～11:30です。

★マークの日が活動日です。
☆マークの日は自由にご利用ください。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
☆	☆	☆	★	☆	☆	
8	9	10	11	12	13	14
☆	☆		建國記念の日	★	☆	
15	16	17	18	19	20	21
☆	☆	☆	☆	★	☆	
22	23	24	25	26	27	28
天皇誕生日	☆	☆	★	☆	☆	

★マークの日が活動日です。
☆マークの日は自由にご利用ください。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
☆	☆	☆	★	☆	☆	
8	9	10	11	12	13	14
☆	☆	☆	★	☆	☆	
15	16	17	18	19	20	21
☆	☆	☆	★	☆	☆	
22	23	24	25	26	27	28
春分の日	☆	☆	★	☆	☆	
29	30	31				

3月の活動予定

- 5日 (木) 栄養講座～おやつ作り～
※要予約
12日 (木) 育児講座 ※要予約
19日 (木) 2・3月生まれのお誕生会
身長体重測定 ※要予約
26日 (木) 一の宮町更生保護女性会の方との活動 ※要予約

活動時間は、10:30～11:30です。

すぐ近く広場でも貸出しています！



『がたんごとん がたんごとん』

「のせてください」のくり返しリズムが楽しい内容です。シンプルな内容ですが、子どもたちが大好きな絵本です！ぜひ、親子で読んでみてください。

