

# ポッポだより 2月

土佐町教育委員会 子育て支援センター  
でんわ 82-0483 (担当 稲村)



一年中で一番寒い時期とはいえ暦の上ではもう立春。

お日様の光がだんだん明るくなってきましたね。

自然は息をひそめて変化を感じ取り、春の準備を始めているようです。

ポッポ広場は毎日開いています。

- 月・・・保健福祉センター (9:00~14:00)
- 火・・・樹華夢(田井支所横)(9:00~11:30)
- 水・・・保健福祉センター (9:00~14:00)
- 木・・・みつば保育園 (9:00~11:00)
- 保健福祉センター (9:00~14:00)
- 金・・・保健福祉センター (9:00~14:00)

## 2月の予定

2/5 (金)	・1歳児・1歳6カ月児健診 該当者には保健師さんより連絡があります。
2 / 2 5 (木)	みつば保育園(体験保育・・・観劇) 劇団風の子「うしろの正面なあんた」 <b>9時50分までに保育園に来てください。</b> <b>10時から始まりますので、それまでにホールに入ってください。</b> ※詳しい内容はポッポの部屋のチラシをご覧ください。
2 / 2 6 (金)	・乳児健診 該当者には保健師さんより連絡があります。

**3月5日(土)は「子どものくるくる市」を開催します。**

## 木曜日は、みつば保育園の体験保育

お母さんの見守りの中で安心して遊ぶ子ども達です。この経験が“お母さんがいなくても大丈夫”に結びつきます。子ども達はすぐに仲良くなります。



すべりま～す



ともだちいっぱい



### 保育士に変身!

いつの間にか保育園の子ども達がお母さんの傍に寄ってきて、♪なべなべ底抜け・・・♪と歌に合わせて一緒に楽しく遊び始めました。

## 火曜日は、図書館ホールで実施



ブランコ・滑り台とここだけに置いてあるおもちゃもあります。

ボランティアさんの絵本の読み聞かせ



## ワンポイント子育て情報

### 甘えを受け止めてね

赤ちゃんの甘えは、「泣く」という形で現れます。「泣く」のは生理的な要求が満たされないときだけではなく、不安な気持ち、寂しい気持ちを表現する時にも泣きます。その時は抱っこしてあげましょう。抱っこというのは、赤ちゃんにとって、ものすごく安心感を与える行為です。

また、頭をなでたり、キスしたり微笑みかけたりする事も子どもに安心感を与えるととてもいいことです。

赤ちゃんの時期から親子の信頼関係を築いていきましょう。

### 風邪を寄せつけないポイントは2つ

- ◆ **栄養**・・・良質のたんぱく質をきちんと採って、基本的な体力をつけるのが大切です。  
鼻やのどの粘膜を強くするにはホウレンソウなどの緑黄色野菜に含まれるビタミンAを多くとるのが効果的です。
- ◆ **休養**・・・過労や睡眠不足を避け、体力を保存することです。

**風邪の引き始めは休養が大切です。夜は早く寝ましょう**

### 今月の絵本紹介(絵本は心の栄養です)



・上手に「ケンケン パッ」をすることは、子ども達はまだ、できません。でも、動物たちが生き生きと楽しんでいる絵から、遊ぶ楽しさが伝わってきます。思わず体が動いてしまうかも・・・。



・今月号の特集は「スポーツはたのしい」です。本来、スポーツは健康にいいもので、楽しいはず。それなのにどうしてスポーツ嫌いが生まれてしまうのでしょうか・・・。