



**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！すくす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！

何を着せたらよいの？

**寒い季節の幼児の衣服**



**幼児にとっての衣服の役割**

幼児は、体温調節機能が未発達で、体重当たりの体表面積が大きいために放熱しやすく、外気温の影響を大きく受けます。寒さに対する抵抗力は成人よりも弱いので、幼児にとって衣服による体温調節はとても重要です。

幼児期後半になると、衣服を自分で着たり脱いだりすることに興味を持つため、暑さや寒さの状況に合わせて自分の感覚で着替えられるように、声をかけていきましょう。

**寒い季節の厚着に注意！！**

幼児は基礎代謝が成人よりも高いので、冬でも汗をかきます。汗をかいた後に体が冷えると、かぜをひく原因になります。活発に動き回っている時の衣服は、成人よりも1枚少なくするとよいでしょう。汗をかいたら着がえます。



**肌着を着ることの大切さ**

肌着は、肌を清潔に保つ働きがあります。幼児は、よく汗をかき、皮脂や角質片がはがれた「あか」も多いので、肌着は、給水性や吸湿性、通気性が高いものを選んで着せましょう。また、動きやすいように伸縮性があるものにします。



少年写真新聞社より掲載

～イヤイヤ期のじょうずな乗り切り方～

1歳頃から始まるイヤイヤ期。何をしても「イヤ！」という子どもの対応に悩んでいる保護者の方も多いのではないのでしょうか。

**誰しもの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」「これをやってみよう」など自分の意思をはっきりともつようになった証拠です。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時間を置いて、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。

**大人の都合で怒らない**

大人の都合で言うことを聞かせるのは避けましょう。「自分のことをわかってくれない」と子どもが感じ、信頼を失ってしまうことがあります。



世界文化社「PriPri」参照

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	4
			元日			★
5	6	7	8	9	10	11
	★	★	★	★	★	★
12	13	14	15	16	17	18
	成人の日	★	★	★	★	★
19	20	21	22	23	24	25
	★	★	★	★	★	★
26	27	28	29	30	31	
	★	★	★	★	★	★

1月の活動予定

- 9日(木) ママと赤ちゃん向け  
アートプログラム※要予約
- 16日(木) 12・1月生まれの誕生会  
身長体重計測
- 23日(木) 更生保護女性の会の方との活動  
(絵てがみ) ※要予約
- 30日(木) おにのお面作り

活動時間は、10:30～11:30です。

2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	4	5	6	7	8
	★	★	★	★	★	★
9	10	11	12	13	14	15
	★	建国記念の日	★	★	★	★
16	17	18	19	20	21	22
	★	★	★	★	★	★
23	24	25	26	27	28	
天皇誕生日	振替休日	★	★	★	★	

2月の活動予定

- 6日(木) おはなし会・ふれあいあそび  
身長体重測定
- 13日(木) エコクラフトで小物作り  
※要予約
- 21日(金) わいわい子育て相談会
- 27日(木) ひな人形作り

活動時間は、10:30～11:30です。

3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	4	5	6	7	8
	★	★	★	★	★	★
9	10	11	12	13	14	15
	★	★	★	★	★	★
16	17	18	19	20	21	22
	★	★	★	春分の日	★	★
23/30	24/31	25	26	27	28	29
	★	★	★	★	★	★

3月の活動予定

- 6日(木) 更生保護女性の会の方との活動  
※要予約
- 13日(木) 栄養講座 ※要予約
- 27日(木) 2・3月生まれのお誕生会  
身長体重測定

活動時間は、10:30～11:30です。

すくすく広場でも貸出ししています！

おすすめの絵本



『てぶくろ』

おじいさんが森の中にてぶくろを落としてしまいます。てぶくろに次から次へと動物たちがやってきて・・・最後はどうなるでしょう！！

