



嬉野市子育て支援センター

嬉野市嬉野町大字下宿乙1 185

TEL・FAX 0954-43-0100



赤や黄色に色づいた木の葉が、空からひらひらと舞い落ち、秋の深まりを感じます
朝夕の気温差が大きく、肌寒い日が多くなりました。‘風邪‘をひかないように十分留意してください
支援センターでは、楽しい時間が過ごせるよう環境づくりをしています。ぜひお越しください。

11月のスケジュール

月	火	水	木	金
2 	3 文化の日 子育て支援センターは、お休みです。	4	5 よいこあつまれ 楠風館10:00~12:00 ベビーマッサージ (保健センター・要予約) 10:00~12:00	6
9	10	11 運動あそび(3B体操) 子育て支援センター 10:30~11:30	12	13
16	17	18 栄養相談(要予約) 嬉野保健センター 10:30~11:30	19 よいこあつまれ 楠風館 10:00~12:00	20
23 勤労感謝の日 子育て支援センターは、お休みです。	24	25 誕生会 子育て支援センター 11:00~	26	27
30	12月の予定です	12月4日 健康相談 子育て支援センター	12月3日・17日 よいこあつまれ 楠風館	12月25日 クリスマス会

*土・日曜日、祝祭日は、お休みです。

《生活リズムの改善》

寝かしつけがうまく
いかない

「これから眠るんだ」という雰囲気を感じられる環境を整える。寝かしつけは、温かいふれあいの時間にしたいですね。就寝の30分前には、テレビなど消し部屋の照明を暗くして、静かに落ち着いた雰囲気を作りましょう。「寝ようね」など寝る前に言葉をかけたり、絵本を読んだりするのもいいですね。

夜泣きをする

夜泣きは、まだ解明されてないことも多いのですが、生まれて間もないときは、おなかがすいたとか、暑い、体調が悪い等、生理的な事が多いものです。しかし、1歳半を超えるようになると夢を見たりするのが原因だったり、昼間何か怖いことがあったりしたことが精神的に不安になって、夜泣きがあったりもします。そんなときは、だっこしたり手を握るなどスキンシップをして、気持ちを落ち着けるのもいいですね

絵本の紹介

たまごのあかちゃん

たまごの中に かくれんぼしてる 赤ちゃんはだあれ？
出ておいでよ」のかけ声で、次のページにたまごの中から
いろいろな動物が登場します。
大きなたまごもあれば、小さなたまごも。
出てくる動物たちは、みんなとってもうれしそう……。



神沢 利子

おおきなかぶ

おじいさんが、甘い大きなかぶを作ろうとかぶを植えました。
そして、とっても大きなかぶができました。おじいさんは
「うんとこしょ どっこいしょ」と抜こうとしますが抜けません。
おばあさんを呼んで来て、おばあさんがおじいさんを引っばって、
おじいさんがかぶを引っばりますが、
それでもかぶは抜けません。まご娘、いぬ、ねこと増えるたび
「うんとこしょ どっこいしょ」…それでもかぶは抜けません。
ねこにねずみも加わって「うんとこしょ どっこいしょ」…
そして、やっとかぶが抜けました。