



4月 愛らんど ウェルシティ



ウェルカム通信No.69

2024年3月末日発行

横須賀市地域子育て支援拠点

愛らんどウェルシティ

横須賀市西逸見町1-38-11

ウェルシティ市民プラザ 3階

TEL・FAX 046-821-1820

【利用時間】

平日：午前9時～午後4時

【休業日】

土・日曜日 祝日 年末年始

春風がさわやかに吹き抜け、ピンク色の花や緑色の草木がとてもきれいに見えます♪子どもたちの笑顔も咲きこぼれています♡

朗らかな陽気に誘われて、新年度がスタートしました☆愛らんどに初めて来る子ども達は広場内で見るとの・触るとの・聞くとのこと全てがはじめての経験☆周りをキョロキョロ見渡したり、「あっ、あっ」と手を伸ばして触ったり、指を指したりして楽しんでいます♪

愛らんどでは、成長する子どもたちの身体計測をします。お子様の成長や健康状態について気になる方はぜひどうぞ♪



4月の予定



日	月	火	水	木	金	土
	1 栄養相談(PM)	2 栄養相談(PM)	3	4 栄養相談(PM)	5 栄養相談(AM)	6
7	8 リトミックの日 栄養相談(PM)	9 保健師相談(AM) 栄養相談(PM)	10 プラレールの日 栄養相談(PM)	11	12	13
14	15 ベビーマッサージ	16 栄養相談(AM)	17	18 プラレールの日 栄養相談(終日)	19 にっこり おはなし会	20
21	22 4月イベント こいのぼり作り 栄養相談(PM)	23 4月イベント こいのぼり作り 栄養相談(PM)	24	25 栄養相談(終日)	26 保健師相談(PM) プラレールの日	27
28	29	30 4月 お誕生日会				

*栄養・食事相談・・・カレンダーに記載の日程で愛らんど内に管理栄養士がいます。お気軽にお声掛けください。

※(AM)は9:00～12:00or13:00、(PM)は12:00or13:00～16:00、(終日)は9～12、13～16

*保健師相談・・・9日(火)、26日(金)、愛らんど内に保健師がいます。※AM10:00～12:00、PM14:00～16:00

*ベビーマッサージ講座・・・4/15 ※ご予約制。赤ちゃんとの絆を深めましょう♡予約開始3/15～
次回のベビーマッサージ講座は6月15日(月)です。5月15日予約開始です。

*にっこりおはなし会・・・4/19(金)10:30～《どんぐりお話の会》がワクワク楽しいお話会を開いてくれます♪

*4月イベント・・・ペタペタこいのぼり☆22日(月)、23日(火)・・・ご予約不要、予定個数が無くなり次第終了☆
☆ペタペタ楽しくスタンプして自分だけの、こいのぼりを作りますか♪汚れてもよい服装でお越しください。

*4月おたんじょう日会【ご予約不要、愛らんど広場内】・・・4月お誕生日のお子様、集まってくださ～い☆
☆愛らんど広場内で歌をうたったり、お誕生日インタビューや、写真を撮って楽しく過ごしましょう♪

*リトミックの日【ご予約不要、愛らんど広場内】・・・4/8(月)10:30～、音楽に合わせて楽しく遊みましょう♪

*プラレールの日・・・10日(水)、18日(木)、26日(金)、プラレールで遊みましょう♪

《赤ちゃんのよだれについて》

赤ちゃんのよだれは、3~4か月くらいから増え始め、1歳半くらいまで続きます。唾液を飲み込めるようになり、口を閉じておく力がついてくると、よだれは減っていきます。個人差はありますが、2歳頃には気にならなくなることが多いようです。唾液の役割は、①口の動きを滑らかにする②言葉を発声しやすくする③食べ物を飲み込みやすくする④消化吸収を助ける⑤虫歯を防ぐ、などがあります。

よだれを出す理由としては、唾液を飲み込む力がまだ弱く口の中から唾液があふれてしまうのと、口を閉じておく筋力が弱く、口を閉じておく事が上手にできないので唾液が外に出やすくなってしまいます。

よだれによる肌トラブル予防については、ガーゼなどできれいに拭き、保湿剤などで保湿しましょう。衣類、家具、おもちゃなどの日用品についてのよだれ対策は、①スタイを使う。②床や家具などについたよだれは、こまめに拭き取る。③おもちゃや家具は、洗えるものや消毒できる素材を選びましょう。

子育てあるある相談室

◎愛情ホルモンを知っていますか？

私たち人間の体は、環境の変化やストレス、病気などにさらされても常にいつもの状態に保とうとする機能(ホルモン)が働いています。愛情ホルモンと呼ばれている《オキシトシン》はどんな働きをするのでしょうか。

- ☆愛情や穏やかな心を作り出し愛着関係を育む
- ☆信頼感が強くなり闘争心が抑えられる
- ☆不安や抑うつ、痛みを和らげる
- ☆記憶力をアップさせたりストレス耐性を強める

《オキシトシン》はどうしたらたくさん出るの？
☆抱っこやハグ、優しくするなどのスキンシップ
☆楽しく体あそびをしながらのスキンシップ
☆心許せる人との食事や会話をするなど

◎必要な時期に十分触れ合いがあった子の方が自立的に育つと言われていています。スキンシップのとりやすい乳幼児期、思う存分お子さんと触れ合い、愛情ホルモン効果でしっかり愛着関係を育みましょう♡♡♡

よこすか♪いい所☆根岸交通公園☆

◎京急北久里浜駅から徒歩約7分(駐車場なし)

根岸公園は市街地と同じように道路や交通標識、信号などがあり、子ども達が実際に自転車や三輪車などに乗って交通ルールを学べる交通公園になっています。公園で借りられる乗り物の種類は、自転車の他にも、三輪車やゴーカート、一輪車などがあります。根岸交通公園は普通の公園としても開放されていて、毎年春には園内の桜が咲き、お花見の名所でもあります。



「春の美味しい食べ物 キャベツ」



ビタミンUをたっぷり含むキャベツは、胃や十二指腸の粘膜を修復し、保護する効果があります。お腹の調子悪い時には、好きなフルーツと一緒にスムージーにして飲むのもオススメです。葉っぱの野菜の苦手な子にも、ジュースにすれば飲みやすくなります。



どうぞ♪フォローしてください



@wellcity_asuka 愛らんどウェルシティとウェルシティ時預かり保育室の施設情報や子育てのお役立ち情報を発信してます♪Instagramもはじめました☆☆☆



WELLCITY_ASUKA



◎ウェルシティ時預かり保育室より◎
保育室のご登録、または電話でのお問い合わせは午後1時~4時までの間にお願いします。ご理解の程、よろしくお願いいたします。

