

# こうめこうこう



第27号  
令和6年5月27日  
鯉ヶ沢町子育て支援センター  
「こうめちゃんルーム」  
社会福祉法人みちのく会  
舞戸子の星こども園  
舞戸町字鳴戸 347-43  
☎:0173-72-2277  
☎:080-7730-4263 (担当者直通)  
子育て支援担当代替:保育教諭  
吉田 美恵 (よしだ みえ)

梅雨の季節が到来しました。この時期は天候が不安定で、体調を崩しやすくなりますので、くれぐれもご注意ください。特に衣服の調節に気を配り、快適に過ごせるよう心掛けましょう。「こうめちゃんルーム」には、新しいお友だちが増えてきており、私たちもとても嬉しく思っています。新規の方も大歓迎ですので、どうぞ気軽に遊びにいらしてください。

土日祝日は基本お休みとなりますが、月一回、土曜日に園舎と園庭を開放します。カレンダーの**緑色の日**（こうめっくらぶ）と**ピンク色の日**（子育て支援の行事）がこうめちゃんルームの活動日となりますのでぜひ遊びに来てくださいね♪  
※感染症の流行や園での行事により、予定している活動が中止または変更になる場合がございます。その際は、LINE 公式アカウントを通じて速やかにお知らせいたします。

## 6月の予定

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17 身体測定	18	19	20	21	22 開放日
23	24	25 紙芝居	26	27 出張支援	28 読書 DAY	29
30						

### ★17日(月) 身体測定

お子さんの身長と体重を測りませんか? もし、その日に行けない...という場合はお気軽に声をかけていただければ来ていただいた日に測定できます♪

### ★22日(土) (8:30~15:00)

月一回、土曜日に園舎と園庭を開放します。

### ★25日(火) 紙芝居読み聞かせ (9:30~)

鯉ヶ沢町在住の能登谷 登さんが紙芝居を披露しにきてくれます。いろいろな紙芝居が見られて楽しいですよ♪

### ★27日(木) 出張子育て支援(午後の部)

午後の部、13:00から鯉ヶ沢町中央公民館の一階の講習室で出張子育て支援を行っています。公民館の方が近くてお越しになりやすい方はぜひ遊びに来てください♥

### ★28日(金) 読書 DAY (10:00~11:30)

お天気の良い日は拠点館の周辺をお散歩しませんか? まだ歩けないお子さんはベビーカーか抱っこ紐を持参でお願いします。日本海拠点館2階図書館に集合となります。借りた本を入れる袋をお持ちください。

## 6月4日は 虫歯予防デー

脳の働きが活発になります

### かむことは大セブ

あごの骨や筋内の成長を助けます

歯肉に刺激が伝わり、歯を支えている骨や組織が丈夫になります

だ液の分泌が盛んになり、消化を助けます

だ液の分泌により、食べかすが歯に付くのを防ぎます

## 梅雨の時期の注意点

### ■食中毒

食中毒は6月から9月頃にかけて多く発生します。

お弁当には十分に加熱した物を

入れるようにしましょう。

### ■事故

雨の日は傘をさすことで視界が悪くなり、事故の危険性が高まります。また、雨で滑りやすく、転びやすくなるので十分に注意しましょう。

### ■かぜ

蒸し暑さから汗をかくことが増えますが、朝夕は気温が下がり寒くなります。

汗をかいたらすぐに着替え、寒くなったら上着などで体温調節を行うようにしましょう。



## 虫歯

### は食べ方で防ぐ!?

「甘いものを食べると虫歯になる」とよく言われますが、じつは、問題なのは「食べ方」です。食べ方を見直して、虫歯を防ぎましょう。

#### こんな食べ方が虫歯のもとに

##### だらだら食べる

遊びながらおやつを食べたり、食後に歯みがきをしなかったりすると、口の中に汚れが長時間たまり、虫歯を招きます。あめやキャラメルなど、長い間口の中に入れたままになるお菓子も要注意です。

##### やわらかいものばかり食べる

唾液には、口の中をきれいにして歯を守る働きがありますが、やわらかいものはそれほどかまないで、唾液があまり出ません。また、歯にこびりつきやすく、虫歯を招きます。

#### 虫歯を防ぐ食べ方に変えよう!

##### おやつ時間を決める

時間を決めて、しっかり区切りましょう。甘いものを食べても、その後しっかり歯みがけば安心です。

##### よくかんで食べる

よくかむと、唾液がよく出ます。「よくかんで」と言っても、子どもにはわかりにくいので、野菜類や海藻類、きのこ類など、かみごたえのある食材の様子を見ながら取り入れましょう。

## 愛着

愛着とは、乳幼児が養育者との間に形成する情緒的な深いつながりを指す心理学用語です。この愛着関係という土台のうえに、子どもの心や知性、そして社会性が育まれます。

### 愛着

(アタッチメント)

くっつく、しがみつく

- ・人間に対する基本的信頼感を育む
- ・心の発達、人間関係に影響する
- ・その後の社会性に大きくかわる

### 0~2、3か月

### 第1段階

特定の誰かを区別することはなく、人の声や顔に注意を向け、生まれつき備わった反射(原始反応)や微笑で、周囲の人の愛情を引き出します。

### 3か月~6か月

### 第2段階

微笑は消え、いつもお世話をしてくれる人を選んで、声を出したりほほんたりして、関心を引こうとするようになります。

### 6か月~3歳ころ

### 第3段階

特定の人の後を追ったり、抱きつくなどの愛着行動が見られます。人見知りが始まりますが、同時に愛着関係を安全基地として、外の世界へ探索に行ったり戻ったりしながら遊びます。

### 3歳~

### 第4段階

愛着関係に特に問題がなければ、子どもは愛着する人がその場になくても、自分を守られ大事にされているという気持ちや安心感を心にもち続けることができるようになります。

## 気管支ぜんそく

### ダニ・カビを防いで気管を守ろう

気管支ぜんそくの原因(アレルゲン)として最も多いのは、ダニなどによるちり(ハウスダスト)。気管支ぜんそくの発作を防ぐためには、身の回りのダニを減らすことが大切です。

### 湿度の高い時期に要注意

梅雨時など、湿度の高い時期はカビやダニが増えやすく、気管支ぜんそくの発作が起こりやすい時期です。換気をしたり掃除機をかけたりして室内のハウスダストを減らす、除湿器を使うなどで、アレルゲンを減らしましょう。

### エアコンや空気清浄機も注意

エアコンや空気清浄機の内部はカビやほこりがたまりやすいもの。フィルターなどをこまめに掃除して、清潔に保ちましょう。



鯉ヶ沢町子育て支援センター  
「こうめちゃんルーム」  
社会福祉法人みちのく会  
舞戸子の星こども園  
舞戸町字鳴戸 347-43  
☎：0173-72-2277  
☎：080-7730-4263 (担当者直通)  
子育て支援担当代替：保育教諭  
吉田 美恵 (よしだ みえ)

## 鯉ヶ沢町子育て支援センター

### こうめちゃんルーム

舞戸子の星こども園では鯉ヶ沢町から委託を受け、子育て支援センター事業「こうめちゃんルーム」を行い、子育て親子の交流の場の提供と交流の促進、子育て等に関する相談・援助の実施、地域の子育て関連情報の提供、子育て及び子育て支援に関する講習等の実施等、地域の子育て支援機能の充実を図る取り組みを実施しています。

お子さんやお孫さんの遊び場所をお探しの方、遊び相手をお探しの方、成長の喜びや地域の子育て情報を共有できる子育て仲間を作りたい方、ぜひお子さんと一緒に遊びにいらしてみてください。歌ったり、遊んだり、製作をしたり、楽しいことをいっぱい見つけましょう。子どもたちが健やかに成長できるよう、お手伝いしていきたいと思っていますので、どうぞよろしくをお願いします。

#### ●日程：週3日の活動を予定しています。

活動予定日は、子育て通信「こうめころころ」、LINE 公式アカウント(@koume\_room)、舞戸子の星こども園ホームページ、お電話でのお問い合わせにてご確認ください。

・園で感染症等が流行している場合には延期または中止させていただくこともあります。

●時間：午前の部 8:30~11:30  
午後の部 13:00~15:00

●場所：舞戸子の星こども園 子育て支援室

●対象：子育て家庭の親子、妊婦さん

●お申し込み：予約は不要ですが、あらかじめご連絡いただけますと、よりスムーズにご対応できます。

※利用料金はかかりません。

※必要に応じてお子さん用の飲み物・おしぼり・紙おむつやお着替え等をお持ちください。

※駐車場は舞戸子の星こども園駐車場をご利用ください。



@koume\_room

LINE 登録は  
こちらから



#### 子育てに1人で悩んでいるママさん！

子育てに不安や疑問を感じたとき、1人でどうしていいかわからないママさん！

まずはお気軽にお話しませんか？

子育て支援室に遊びに来るがてらご相談して下さってもいいですし、LINE 公式アカウントやお電話からもご相談を受け付けておりますので、よかったらお友だちになってください！

#### ●出張子育て支援●

毎月の乳児健診に合わせ、午後の部にて中央公民館1階講習室で出張子育て支援を行っております。製作や遊びの活動が中心となります。お子さん、お母さん同士の交流を楽しめるようにしていますのでぜひ遊びにきてください！



#### ●読書 DAY●

(日本海拠点館の図書コーナーに  
絵本を見に行く日)

お散歩しながら日本海拠点館の図書コーナーへ行き絵本を楽しみませんか！

※お知らせしていただければ、天候に限らず日本海拠点館現地集合でも OK です！



#### ●世代間交流●

学生ボランティアを受け入れ、乳幼児の保育を体験してもらいます。  
(対象：子育てや保育に興味がある中学生・高校生・大学生)

## 鯉ヶ沢町子育て支援センター事業 ～活動内容～

#### ●こうめっこくらぶ●

お子さんのお遊びが中心の日園庭や園舎を開放します。広いホールや園庭でのびのび遊ぼう！いろいろなおもちゃを用意してお待ちしています。また、製作をしたり歌を歌ったり、親子でふれあい遊びをして楽しい時間を過ごしましょう。



#### ●子育て講座●

子育てに関する知識やスキルを高める勉強会や、お母さんのリフレッシュを図る楽しい体験講座などを行います。

#### ●子育て相談●

子育てについて知りたいことや相談したいことに子育て支援担当者が答え、不安の解消を図ります。どんなことでもお気軽にご相談ください。  
※事前にご予約をお願いします。

