

こうめ こうこう



第46号
令和7年12月26日
鰺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
舞戸子の星子ども園
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: 保育教諭
佐藤 彩花 (さとう あやか)

～謹んで新春のお慶びを申し上げます～

おかげさまで本年も無事に新しい年を迎えることができました★
子育ては、日々の喜びがある一方で、思い悩んだり、少し立ち止まりたくなることもあるものです。こうめちゃんルームが、そんな毎日の中でほっと一息つける場所となり、子育て家庭の皆さまに寄り添える存在でありたいと、今年もスタッフ一同考えています。

さて、12月から始めた新たな取り組み「Caffe タイム」には、多くの方にお立ち寄りいただき、ありがとございました。落ち着いた時間の中でお話ししたり、少し気分転換をしていただけたことを嬉しく思っています。

「Caffe タイム」の日以外にも、支援室の活動日にはお飲み物をご用意していますので、どうぞ気軽にご利用ください。

今年も一日一日を大切に、子どもたちの成長を見守りながら、皆さまと一緒に歩んでいきたいと思います。本年もどうぞよろしくお願いいたします★

おうちの中の 事故防止

転落防止

- 窓下やベランダの柵のそばに、足場になるものを置かない
- 家の中で子どものそばを離れるときは、窓を開けて鍵をかける
- ベランダや出窓などを遊び場にさせない

- 階段にチャイルドガードを取りつける
- 階段に手すりや滑り止めをつける



水の事故防止

- 入浴するとき以外は浴槽に水をためない
- 保護者の洗髪中などは、頻繁に声をかける
- 浴槽にはかたくて丈夫なふたをしておく
- 洗濯機のふたを開けておく

やけど・感電防止

- 台所の出入り口にチャイルドガードを設置
- 蒸気の出るもの、熱いものを手の届く所に置かない
- テーブルクロスを使用しない(引っ張るとテーブル上のものが落下する)
- ドライヤーやアイロンを出したままにしない
- 使わないコンセントにはカバーをつける



窒息防止

- 0歳
 - うつぶせ寝をさせない
 - 顔が沈むやわらかい寝具を使わない
 - ベッドと壁をくっつける
 - ベッドガードを使わない
 - ベッド上に着替えやぬいぐるみを置かない
- 1歳～
 - ひものついた服は、ひもを抜くか、短く結ぶ
 - ブラインドのひもなどは、短くまとめる
 - ドラム式洗濯機はチャイルドロックをかける

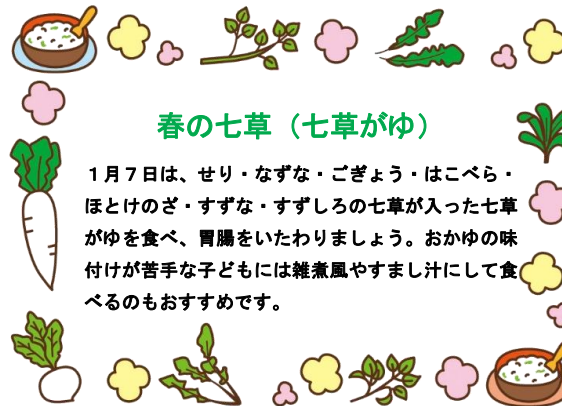
うがいしよう

そとから かえった あとは
ガラガラうがい
ごはんや おやつのは
あとは
ブクブクうがい



春の七草 (七草がゆ)

1月7日は、せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろの七草が入った七草がゆを食べ、胃腸をいたわりましょう。おかゆの味付けが苦手な子どもには雑煮風やすまし汁にして食べるのもおすすめです。



イヤイヤ期

1歳半～2歳ごろ

子どもの姿	どうして?
「これをしよう」「こうしよう」という言葉に、「イヤ」と答える。	「自分」というものの、「自分以外の人」もわかるようになる時期。まだ自分の好みはありませんが、人の提案に「イヤ」と主張する経験を重ねながら、自分の好みや心地よい状態を発見していきます。
「ぼくの!」「私の!」と自分の持ち物にこだわる。	その子のこだわりが特別強いわけではなく、2歳児はみんなこだわります。自分のものと人のもののちがいがわかるようになったからこそ主張です。

イヤイヤ期は、すべての子どもが通過する発達のプロセス。言葉で十分に意思を伝えられない子どもが、自分の気持ちを最大限に伝え、実現しようとする姿です。

2歳～3歳ごろ

子どもの姿	どうして?
「自分で」と、自己主張し、できないことをやろうとする。	見たものを記憶したり、シミュレーションして「できそう!」と感じています。さりげなくサポートすれば、生活習慣獲得のチャンスになります。
「イヤイヤ」や「だだこね」が徐々に収まってくる。	自分の中の訳のわからない感情と向き合いつつ、折り合いをつけ、感情をコントロールできるようになっていきます。



10日(土) Caffe タイム (8:30～17:00)

この日は、こうめちゃんルームでちょっと一息ついていきませんか? ☺ ★
飲み物をその場で楽しんでいただくのはもちろん、テイクアウトも可能です ☺
(LINE 公式アカウントからのご予約特典もありますので、ぜひこの機会にご登録ください ☺)

22日(木) 身体測定

お子さんの身長と体重を測定します! ★ 成長の記録としてぜひご参加ください ☺ (別日対応も可能です! ★)

29日(木) 読書 DAY (10:00～11:30)

寒い日が続きますが、本を開けば心がほっとあたたかくなる時間が流れます。
図書館で、親子と一緒に絵本の世界を楽しんでみてくださいね。
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ご持参ください。 ☺
なお、支援室でも絵本の貸し出しができますので、ご希望の方はお気軽にお声がけください ☺

雪が積もり、お天気の良い日には、こうめっこくらぶで園庭の雪遊びもできます! ★

ご希望の方は、防寒具や長靴など寒さ対策の準備をしてお越しください。

お子さんの成長や体調、保護者のご希望に合わせて、安心してご参加いただけます。 ☺



1月のお歌・手遊び

- もちつき
- ゆきのこぼろず
- ゆきのペンキやさん
- こなゆきこんこ
- おしくらまんじゅう

保湿剤、使い分けましょう!

水分多め	成分	油分多め
さらさら	使い心地	ややかため
やや弱め	持久力	強め
夏向き	オールシーズン	冬向き
●ローション 液状のびがよく、使い心地はさらさらしています。炎症や傷口にはしみることも。	●乳液 クリームよりも水分が多く、のびがよいタイプ。	●クリーム 軟こうよりもやわらかく吸収されやすいですが、汗などで流れやすいという弱點も。
●軟こう 油分が多く、ややかためですが、皮膚への刺激がほとんどありません。		

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：保育教諭

佐藤 彩花（さとう あやか）

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。

※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。

●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人で悩んでいるパパママさん！

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パパママさん！

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くだ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、よかったらお友達になってください♪

●出張子育て支援●

年間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、
絵本の世界を楽しみませんか？

※事前にお知らせいただければ、
天候に関わらず現地集合も可能です♪



●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～

●こうめっくらぶ●

お子さんが自由に遊べる日です。
いろいろなおもちゃを用意して
お待ちしております。
また、製作や歌、親子でのふれあい
遊びを楽しみながら、
ゆったりとした時間を
過ごしましょう。
開放日には、園庭やホールも開放
しますので、広々とした空間で
のびのびと遊んでください！



●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。

