



第47号
令和8年1月28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
舞戸子の里こども園
舞戸町字鳴戸 347-43
TEL: 0173-72-2277
FAX: 080-7730-4263 (担当者直通)
子育て支援担当代替: 保育教諭
吉田 美惠 (よしよた みえ)

暦の上では立春を迎えたが、今年も雪が多く、まだまだ寒い日が続きそうですね。こうめちゃんルームでは、気持ちだけでも春を感じられるよう、子どもたちや保護者の皆さまをあたたかく迎えていきたいと思います。

「鬼は外！福は内！」今月は節分があります。こうめちゃんルームでも、節分にちなんだ製作を行っています。季節ならではの遊びを楽しみながら、季節の移り変わりや昔からの風習・伝統に触れる機会になれば嬉しく思います。

なお、現在担当者（佐藤彩花先生）が産休中のため、代替の保育者が担当しております。ご不便をおかけすることがあるかもしれません、引き続きご理解とご協力をお願いいたします。

| 2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 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 読書 DAY | | | Caffe タイム | | | |

※緑色の日: こうめっこくらぶ
※ピンク色の日: 子育て支援行事

14日(土) Caffe タイム (8:30~17:00)

保護者の方、飲み物を飲みながらほっこり一息つける時間を大切にする日です。

おしゃべりやひと休みに、ゆっくり過ごしていただけます。

こうめちゃんルームで、ほっこり一息ついていきませんか？

飲み物は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。

また、公式 LINE で事前にお知らせいただければ、ご希望に合わせてご用意しますのでお気軽にお声がけください。

(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)

19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）

25日(水) 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こり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・蔵書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。

26日(木) 出張子育て支援

町の乳児健診に合わせ、鰺ヶ沢町中央公民館の一階の講習室で出張子育て支援を実施しています。

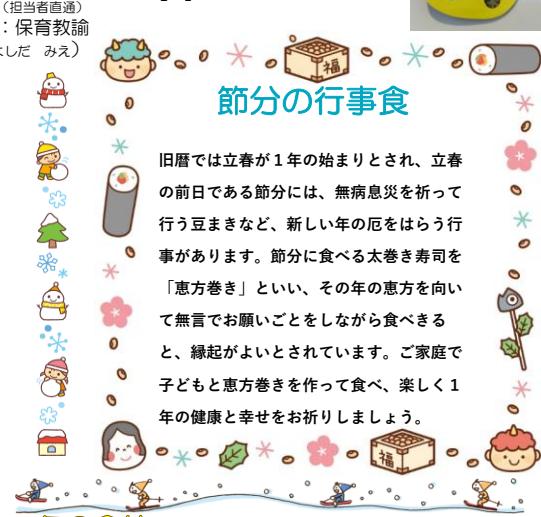
いつもの支援室は遠いけれど、公民館の方が近くで行きやすい…という方も、ぜひお気軽に遊びに来てくださいね。

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。

節分に向けて、お子さまの足形を使用した製作を行っています。ご利用の際に、作成してみませんか。



節分の行事食

旧暦では立春が1年の始まりとされ、立春の前日である節分には、無病息災を祈って行う豆まきなど、新しい年の厄をはらう行事があります。節分に食べる太巻き寿司を「恵方巻き」といい、その年の恵方に向いて無言でお願いごとをしながら食べると、縁起がよいとされています。ご家庭で子どもと恵方巻きを作って食べ、楽しく1年の健康と幸せをお祈りしましょう。

旬の食材: だいこん、じゅんぎく、カブ、ブロッコリー、こまつな、わがめ、たら、じらうあ、わがさき、いちご、りんご、みかん
※冬の野菜の甘みが増し、栄養満点。魚介も脂がのっておいしい季節です。



2月のお歌・手遊び

- ◆まめまき
- ◆ゆきやこんご
- ◆コンコンケシャン
- ◆おにのパンツ
- ◆赤鬼と青鬼のタンゴ



こうがい
唇や舌、口蓋、のどなどが発達し、耳で聞いた言葉の意味を理解できるようになり、「伝えたい」意思が強くなってくるとき、言葉が生まれます。

言葉の発達

6か月~1歳
なんご
喃語
「あーーー」「ぶーーー」などの喃語を話すようになる。特定の人との問い合わせに応えたり、自分の意思や欲求も喃語で伝えようとする。

1~2歳
一語文~二語文へ
自分の意思を親しい人に伝えたい気持ちが強くなる。「わんわん」などの一語文が、「わんわん いた」などの二語文になっていく。

2~3歳
三語文
日常生活に必要な言葉を理解し、「ぱく りんご 食べる」のような三語文を話すように、「なぜ?」「どうして?」という質問も増える。

3~4歳
複文
助詞も使えるようになり、「私はママがつくるケーキが好き」のような複文を話せるようになる。

しもやけ・あかぎれ しっかりケアしましょう

しもやけは寒さが原因

しもやけは、手足が冷えて血行が悪くなるために起こります。特に、雪遊びなどで冷たがれた状態が長時間続いたときに、起こりやすいようです。

あかぎれは乾燥が原因

空気が乾燥すると、皮膚のうるおいも失われます。特に手は外気に触れやすく、手洗いで乾燥しがち。手の甲ががさがさたり、ひどいときはひびわれがでて血が出たりします。

お湯で温める

しもやけの部分をぬるま湯につけて、血行をよくします。小さな子どもなら、そのまま入浴させてもよいでしょう。また、しもやけ予防のためには、ぬれた手袋や靴下をそのままにせず、乾いたものにかえましょう。

ハンドクリームなどで保湿する

手を洗ったら、あかぎれの治療と予防をかねて、クリームで保湿します。あかぎれをこすると痛むので、やさしく塗ってあげましょう。

好き嫌いをなくそう

0歳 離乳が進む8~9ヶ月ごろになると、好き嫌いを表すようになります。嫌いなものは舌で口から出そうとしますが、これは初めての食べ物に対する警戒心のこともあります。

どうする？

一度食べなかったからといって、「この食品は嫌い」と決めつけず、調理法や味つけを変えて何度も試してみましょう。

楽しく食べる

いつしょにつくる野菜を洗う、ちぎるなどのお手伝いを

1~2歳 イヤイヤ期には、好き嫌いもますますはっきりし、嫌いなものを拒否する態度を示します。しかし、無理に食べさせるのは逆効果。少しづつ食べられるようになります。

どうする？

楽しく食べることが基本。食べ物への興味をもたせつつ、嫌いな食材はいろいろな味つけや方法で調理します。

好きな味つけに

チーズ、ケチャップ、マヨネーズなど

食べたら褒める

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
舞戸子の星こども園
舞戸町字鳴戸 347-43
☎: 0173-72-2277



鰺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鰺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・おしぶり・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。



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分から
ないパパママさん！
まずはお気軽にお話ししませんか？
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、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、よかつたらお友だちになってください♪

鰺ヶ沢町子育て支援センター事業 ～活動内容～

●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)



●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。

