

★2月の子育て支援センターカレンダー★

*利用時間 AM:9:30~12:00 PM:13:00~14:00 愛モア

13:00~15:00 おんぶにだっこ・ハグハグ・スマイル

*開所時間 月~金曜日8:30~17:00 土曜日8:30~12:00 日・祝日・年末年始は休み

2月	おんぶにだっこ (稲津小となり) ☎66-1064		愛モア (みどり幼稚園内) ☎66-1325		ハグハグ (桔梗幼稚園内) ☎67-1136		スマイル (竜吟幼稚園内) ☎63-2060		子育て支援 センターの行事	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後		
1	月	☆		☆	☆	☆		☆		
2	火	ぺんぎん	☆	うさぎ		ひよこ	☆	☆		
3	水	ひよこ栄養相談		☆		ぺんぎん		うさぎ	☆	
4	木	☆		ぺんぎん	☆	うさぎ	☆	ひよこ		
5	金	うさぎ	☆	ねんね		☆		ぺんぎん	☆	
6	土	☆		☆		☆		☆		
7	日									
8	月	☆		☆	☆	☆		☆発達相談		
9	火	ぺんぎん親子	☆	うさぎ		ひよこ	☆	☆		
10	水	ひよこ		☆	☆	ぺんぎん		うさぎ	☆	
11	木	建国記念の日								
12	金	うさぎ親子	☆	ひよこ親子		☆発達相談		ぺんぎん	☆	
13	土	☆		☆		☆		☆		
14	日									
15	月	☆		☆	☆	☆		☆		
16	火	ぺんぎん	☆	うさぎ発達相談		ひよこ	☆	☆		
17	水	ねんね		☆		閉所		うさぎ	☆	
18	木	☆		ぺんぎん	☆	うさぎ	☆	ひよこ		
19	金	うさぎ	☆	ひよこ栄養相談		☆		ぺんぎん	☆	
20	土	☆		☆		☆		☆		
21	日									
22	月	☆発達相談		☆	☆	☆		☆栄養相談		
23	火	天皇誕生日								
24	水	ひよこ		☆		ぺんぎん親子		うさぎ	☆	
25	木	☆		ぺんぎん	☆	うさぎ親子	☆	ひよこ親子		
26	金	うさぎ	☆	閉所		☆栄養相談		ぺんぎん	☆ 人形劇	
27	土	☆		☆		☆		☆		
28	日									

※12:00~13:00 は室内・玩具の消毒のため、利用できません。お弁当の持ち込みも中止です。

気軽にお越しください

- ☆ : 0歳から就学前まで
- ねんね : ねんねからお座りぐらいまでの子と親
- ひよこ : 0歳児の子と親
- ぺんぎん : 1歳児の子と親
- うさぎ : 2歳児の子と親
- 栄養相談・発達相談 10:30~

予約をお越しください

- ◇フレママデー (ねんね または ひよこの日) 10:00~
*初めて出産される方(母子健康手帳をご持参ください)
- ◇ひよこ
ぺんぎん } 親子遊び 10:00~
うさぎ }
- ◇人形劇(稲津コミュニティー ホール) 10:30~

★瑞浪地域子育て支援センターからのお知らせ★

≪『人形劇』のお誘い≫ **※要予約**

日時：2月26日（金） 10時30分～11時30分

受付 10時15分～10時30分

場所：稲津コミュニティーセンター、ホール

対象：就園前の親子（30組）

内容：劇団「そらのゆめ」 作品名『おおきいねずみとちいさいねずみ』

持ち物：くつ袋、座布団、ひざ掛けなど

※当日、愛モア以外のセンターは平常通り開所しています。

≪予約受付開始≫

1月25日（月）9：30～

各支援センター 電話も可



≪伝統行事を大切にしよう♪≫ **節分** 令和3年は2月2日（火）です！ ～ 由来や意味を知っていますか？ ～

日本は四季のある国です。その土地の気候や自然と共に先人達が育み、伝えてきた様々な伝統行事があります。そこには自然への畏敬の念と、収穫や健康、子どもたちの成長への願いが込められています。行事の奥にある意味やエピソードを知ると、行事をより楽しむことができますし、お子さんも文化を知る・そして大切にすることにつながっていきます。ぜひ親から子へ伝えていってあげてくださいね。

？どうして豆をなげるの？

昔、大豆には「穀物の霊」が宿っているとされていました。また豆は「魔（ま）」の「目（め）」を打つからとも言われています。言葉遊びのようですね。地面に落ちた大豆が芽を出すと縁起が悪いので、炒り豆を使います。低年齢児は誤飲の心配があるので、新聞紙豆や個包装の炒り豆でもいいですね、意味が分かるようになってきたら「豆パワーで鬼をやっつける」ということを伝えてあげてくださいね！

？鬼はなんでトラ模様のパンツを履いているの？

昔は方角を十二支で表しました。北東は鬼がやってくる縁起の悪い方角（鬼門）と考えられていました。北東は十二支でいうと丑寅の方角になるので、鬼はウシのツノとトラの牙をもち、トラ模様のパンツをはいているというイメージになったそうですよ。



ぐっすり眠れているかな！？

～子どもの睡眠リズムを整える早寝・早起きのススメ～

寒くなると、つい1日中家の中で過ごしがちになっていませんか？すると、お子さんが昼寝をしなかったり、夜眠りが浅くなったりする場合があります。昼間には元気に体を動かして、ぐっすりと深い眠りにつけるようにしてあげましょう。質の良い「睡眠」は乳幼児期にとっても大切です。深い眠りに入ると「**成長ホルモン**」が一気に分泌されます。

◎成長ホルモンは・・・

- ① **子どもの肉や骨を発達させる。**
- ② **けがで壊れた組織を修復したり、疲れを取り除く。**
- ③ **病気への抵抗力や免疫力を高める働きをする。**



子どもの体が育ち、次の日元気に活動するためには夜ぐっすり眠ることが大切です。

≪カーテンを開けて体内時計を調整しよう≫

人の体内時計は一日24時間より少し長く、ほうっておくと後ろへずれて、少しずつ夜型になってしまいます。これを調節するのが朝の光です。朝の光を浴びると体内時計をリセットさせ、頭をシャンとさせてくれます。雨の日でもかまいません、外の光を入れて、体に「**朝がきた！**」と知らせることが大切ですよ！