

下呂中央児童館

# 11月 はばたき

R5.11.1発行

♥ベビーマッサージ♥

11/15(水) pm1:30~2:30 和室

助産師:小林英子さん[こばやし母乳育児相談室]  
対象:9ヶ月未満のお子さん/持ち物:バスタオル  
※前日までに電話で申し込み下さい。

◆次回…12/20(水) ※毎月第3水曜日

## いのちのふれあい講座

幼い命とふれあおう ~心で感じよう 乳幼児とのふれあい~  
の体験学習にご協力ください! 9:30~11:20(9:10集合)

●下呂中学校 (クラス別に2日間)  
日時: 11/1・11/15 (水)  
会場: 下呂中学校体育館

内容: 中学生の皆さんと遊んだり絵本の読み聞かせをしたりして楽しんだり、中学生と乳幼児の親さんとの座談会など。  
※どちらの日にも参加して頂いて大丈夫です!  
詳細は、げろかえるねっと下呂中央児童館をご覧ください。

## 子育てとスマホ みんなで家庭教育!

乳幼児期の子育てはとても大変。子育てにおいてスマホを活用する場面もあるでしょう。でも、スマホに頼りすぎてしまうと…。子育てにおけるメディアとの付き合い方や、親子が会話や体験を共有することの大切さについて考えましょう。

(7分19秒)

## ★心肺蘇生法と窒息の解除★

講師: 齋藤真依子さん (元消防士)

11/20(月) am 10:00~11:00 和室 持ち物: お茶

「備えあれば憂いなし」いざという時の為にも、心肺蘇生法・お年寄りや子どもに多い窒息について、学んでみませんか!!

申し込み制…TELでも受け付けます

## 子どもの心に届く承認の仕方を知ろう!

12/8(金) am 10:00~11:00 和室 & 音楽遊び

講師: 日下部亜希子さん (くさかべあきこ音楽教室)  
前回、「子どもの話を聴くことの大切さ」が大変好評でした。一生懸命褒めていても、もしかしらそれは国際コーチング連盟 ACC 資格などの外的な褒め方かもしれません。子どもの自己肯定感を高める承認の方法を学びませんか?

持ち物: お茶  
申し込み制…TELでも受け付けます

## ☆バルーン教室☆

pm13:30~15:00 場所: 児童館  
※毎月第3土曜日

11/18(土) ボランティア: 細江信章さん

好きなバルーン 2個つくれるよ!

《開館時間》 am 9:00~11:30(消毒)  
pm 1:00~ 4:30(消毒)  
※消毒作業は引き続き行いますのでよろしくお願い致します。

※竹原移動児童館: 毎週金曜日/竹原公民館/AM9:30~11:30  
【問い合わせ】 下呂中央児童館: 0576-74-1188

9/7(木)進藤真紀代先生【保育士】に

『子どもが10分で寝る方法』を教えてくださいました。お子さんと一緒にお布団に入って、絵本を読んでいた5分も経たずに、お子さんが幸せそうな顔をして眠ってしまった♪なんてことは、夢のような話ですね! 多分、子育て中のお母さんの切なる願いの一つに、自分だけの静かな夜の時間が欲しい! というのがあると思うのです。明日も元気なお母さんである為に、その時間は大切だと思います。実は寝かしつけの時に絶対言ってはいけない言葉があるのです。それは「禁止語」です。「お布団では暴れないの!」「遅くまで起きていちゃいけないでしょ!」「早く寝ないとダメでしょ!」などの禁止語は、心がざわつくのです。だんだん興奮して眠れなくなってしまいます。禁止語はなるべく避けてください。

①単調…テンポが一定で強弱をつけない  
②優しくて囁くような声  
③絵本の内容が繰り返しだと眠りやすい

※トーントーンしたり、なでたり、背中をさすったり、ゆっくり読みリラックスさせながら眠りに入っていくと…。参考になさってください。

## ★おくちのはなし★ 11/6(月) am 10:00~10:40 和室

持ち物: お茶  
講師: 細江奈々美さん/伊藤奈知さん (歯科衛生士)

虫歯のメカニズムや歯フッ素・仕上げ磨きについてのお話です。

申し込み制…TELでも受け付けます

世界に一つだけの花  
リズム生活習慣

## ★11月誕生日会★ 30日(木) am11:00~2階和室

♪内容: パネルシアターなど

★お誕生日会の日には児童館で遊べます。写真を撮りますので早めに来て下さい!  
※誕生日は申し込みをして下さい♪  
★プレゼントがもらえるよ!★

おめでとう

## げろかえるねっと:

下呂市の子育てを応援する総合情報サイトです。こども園・支援センター・児童館等、各施設の情報が掲載されています。