

2022年

1月号

《NO.167》

# つどいっこ

市川市新浜 1-26-1 (南新浜小学校内) TEL&FAX 047-701-5581

\*当施設は、市川市の事業委託を受けて、NPO法人市川子ども文化ステーションが運営しています



新年あけましておめでとうございます。今年もつどいの広場に皆さまの笑顔があふれますように、そして今年こそ以前の生活に戻れますようにと願いつつ、引き続き感染症対策に努めながらスタッフ一同皆さまの来所をお待ちしています。年末年始のお話など聞かせてください♪ **新年は1/5より開所いたします**

## ねんねのお悩み～寝かしつけの3ステップ～

### 1. 朝は7時までに起こす

生活リズムを整える為には朝の早起きが前提。カーテンを開けて太陽の光を入れる、声をかけたり体を揺すったりする、顔を拭いたり着替えをしたりするなど朝の習慣を定着させていくことが大切です。

### 2. お昼寝の時間を調整して日中は活動的に過ごそう

午前中は散歩や外遊びなどで太陽の光を浴びましょう。眠りを誘うメラトニンの分泌が高まります。

### 3. 寝る前30分のイチイチチャイムを作ろう

部屋の明かりを薄暗くしてゆったりと静かに過ごします。絵本を読んだり、その日の子どもの素敵だった行動などについて話してみたり。親子の絆も深まります。 「OkeikoLabo 清水悦子先生のお話」引用

まずは3～4日、出来る範囲でトライしてみましょう。詳しい内容が載った本や資料がつどいの広場にありますがご参考にしてみてください♪



手形足形

クリスマスアート



ハロウィンに引き続き、クリスマスフォトスポットも作ってみました～。「子ども達だけでとれるかな」「やっぱり無理かあ」とワイワイ話しながら楽しい撮影会となりました。

——あそびの広場の予定—— イベント参加は **1週間前より** 予約を受け付けます。対象者を優先させていただきます。当日空きがある場合は対象外の方のご利用も可能です。当日の空き状況は門扉に張り紙をしますが、お電話でご確認いただくと確実です。

1/12(水) 10:30~11:30	「2・3歳座談会～みんなでおしゃべり～」 2歳、3歳さんをお持ちのママ(パパ)、今心配なこと、相談したいこと、はたまたかわいいうちの子自慢でも、この時期ならではの思い、みなでお話ししませんか？
1/20(木) 10:30~11:30	「0歳あつまれ！～おしゃべり広場～」 気になるあれこれ、みんなで話して気分スッキリ！
1/27(木) 10:30~11:30	「0歳からのリトミック～優しい歌声にのせて～」 対象:0～3歳 講師:越塚由里子さん ※前回7月に参加されていない方優先
1/22(土) 10:00~12:30	「マタニティーデイ」 初めてママになるプレママさん、プレパパさん、赤ちゃんのこと、広場のことお話ししませんか？見学だけでもどうぞいらしてください。もちろんマタニティーさん以外の方もご利用ください。
1/31(月) 11:00~11:30	「1月のお誕生会」 1月生まれのお子さんの一年の成長を一緒にお祝いするささやかなお誕生会です。手遊びや大型絵本などなど。
2/9(木) 10:30~11:30	「抱っこがもっと楽しくなる！おはなし会～抱っこを学ぶ～」 講師:ベビーインストラクター 堀川洋子さん 抱っこの位置や抱っこの意味を知ると、心も体も軽くなり子育てが楽しくなります。
2/17(木) 10:30~11:30	「0歳あつまれ～ふれあいあそび～」 見つめ合って、触れ合って、親子で一緒にゆったりした時間を・・・。
2月日程未定	避難訓練 隔月で実施 参加にご協力ください。

### つどいの一コマ

おんぶとベビーカーに乗せた2人のぼぼちゃんを連れてたくさんのお買い物をしているイクメンくん発見！

### スタッフ紹介

新スタッフの山本彩果です。マイペース4歳女の子の母です。去年の3月まで、つどいの広場に親子で遊びに来ていました。よろしくお祈りします。

**新浜親子つどいの広場 当面の間の利用方法** 電話:047-701-5581(予約 10:00~16:00)

- ◎10時～12時30分、13時30分～16時(消毒のため完全入れ替え制) 月曜～土曜(日曜、祝日はお休みです) \*施設利用の予約は前日より受付
- ◎食事とおやつはできません。(水分補給と授乳はどうぞ)
- ◎密を避けるために定員を設けていますので、なるべく電話予約をお願いします。
- ※広場により開所時間等に違いがありますので、お気をつけください。
- ◎定員に余裕がある時は予約なしでもOK、西門にその日の空き状況を掲示します。(10組程度を定員にしています)
- ◎マスク着用のこと(2歳未満のお子さんは不要です)
- ◎親子ともに検温をしてきてください。
- ◎大人の方は靴下着用をお願いします。