

のびっこ

令和7年10月発行
恵那市社会教育課 太田
☎0573-26-6853

このおたよりでは、子育て情報や、子育てについて考えるキッカケを掲載していきます。

あそびながらできることをふやそう

こども園の先生に「入園前におうちでやっておいた方がいいことは何ですか？」と聞いてみました。



あそびのひとつとして、おうちでチャレンジしてみてください。
全部できなくても大丈夫！
「やったことがある」「じぶんでできた」という経験が大切だと思います。

自分のものがわかる

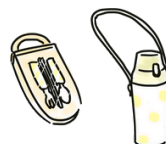


巾着におもちゃを入れて、開け閉めしてみましょう。「これは自分の」と覚えてくれるかも。



お昼寝布団で実際に寝てみるのもいいですね。

使い方がわかる



水筒の開け閉め、スプーンのしまい方など、おうちで使ってみましょう。

着替えができる



プールあそびの後は特に、スムーズに着替えができると、早く次のあそびに入っていきます。
・裏返しの服や靴下をひっくり返せる
・自分で着られる

いろんな食材にふれる



給食ではいろんな食材が使われます。(別紙一覧参照)
食べ慣れていないと、給食が進まないこともあるので、少しでも、おうちでいろんな食材に挑戦してみましょう。

入園前でも一時預かりが使えます。(一歳児～三歳未満児)
初回利用には事前の手続きが必要です。早めにこども園に電話で相談してください。
実施園：おさしま二葉こども園、武並こども園、山岡こども園、城ヶ丘こども園
1時間300円、給食おやつ200円 検索は「恵那市 一時預かり」



ちょっとトーク

親の個性、子どもの個性、家庭環境などがみんな違うように、価値観も子育ての【正解】もひとつではありません。だから【間違い】也没有。考え方は人それぞれ。

「どうしようかな?」「みんなどうしてる?」など、気になることをみんなに聞いてみましょう。

そういえば、
みんなどうしてる?

近くの人と
話してみましょう!

最後まで聞く 相づちを打つ
否定しない
自分の常識を押し付けない



0歳からのお口育て②

お口育てが大切な理由は

- ✓ 歯並びの土台
→あごや歯並びの正常な発達が促される
- ✓ 正しい食べ方の基礎
→よく噛む力や舌の動きが育つ
→誤嚥・窒息予防、消化・栄養吸収up
- ✓ 言葉の発達への影響
→言語発達や発音の明瞭さ

仕上げみがきは短時間で済ませましょう

POINT

- ◎親も歯みがきをして、始める合図を。
- ◎仰向けになり、頭を太ももでホールド。
- ◎歯ブラシを持っていない手指で、子の上唇小帯をガード。上唇小帯に歯ブラシが当たると痛いので嫌がる。
- ◎歯と歯茎の境目を、2本くらいずつこちょこちょと磨く。
- ◎年齢+1秒（1歳なら2秒）くらいで1度歯ブラシを抜く。呼吸、唾を飲み込む時間とつくる。
- ◎「あーして」「いーして」は1回ずつ。



R7.6.30 こども元気プラザ講座「歯と食事のお話」より抜粋

子連れ防災

できることから、ちょっとずつ！



防災の考え方は、家庭によってそれぞれです。
家族構成やペットの有無で備蓄量も異なります。

車移動が多い地域ですが、出先で被災し、歩いて帰宅しなくては
いけないこともあります。足元の保護や歩きやすさを考えると、
スニーカーがオススメ。

常に履いていなくても、車にスニーカーを積んでおくと、もしも
の時に安心です。

今月の
プチ防災
スニーカー
生活



活動紹介

こども園見学（中央）

みさとこども園、おさしま二葉こども園、武並
こども園の見学に行ってきました。
クラスの様子を見せてもらったり、在園児と触
れ合ったり、園長先生から
園生活の話を聞いた
りすることで、我が
子の入園のイメー
ジが湧いてきます。



編集後記：赤ちゃんが黙々と寝返りの練習をするように、5歳の娘は壁倒立の練習にはげんでいます。
できなくてもめげずに挑戦し続ける姿は尊いです。

バックナンバー▼

