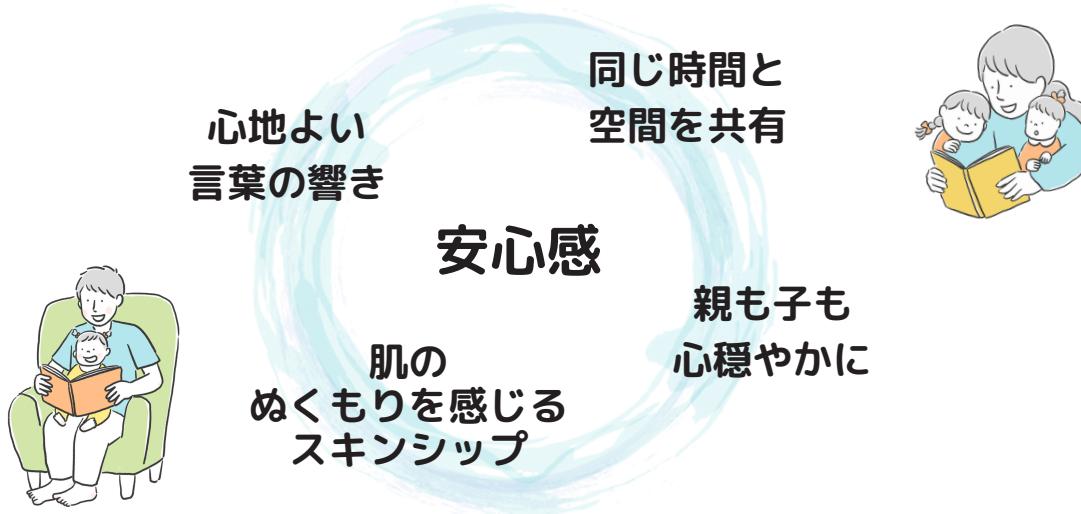


# のびっこ

令和7年12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。

## 子どもを膝に抱いて絵本をよんでみると・・・



## 絵本を読むと どんないいことあるの？

- ・想像力を育む
- ・言葉の理解、語彙の増加
- ・集中力アップ
- ・絵本の内容に応じた学習ができる
- ・親子のコミュニケーションの役割
- ・スクリーンタイムの回避 などなど

いいってわかってはいるけど、  
ついつい後回しにしがち・・・



恵那市中央図書館・岩村分館、こども元気プラザ、コミュニティセンターには、小さな子ども向けの絵本がたくさんあります。職員も絵本選びのお手伝いをさせてもらいますので、お声かけください。

## 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】もありません。考え方は人それぞれ！

あなたが子どものころ好きだった絵本を覚えていましたか？

好きな絵本  
なに？

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



# おやこの運動あそび

おやこであそびながら、お口まわりの筋力アップ！

お口に関する困りごとは、子どもの成長とともに解決していく場合が多いですが、長期化したり、口腔機能の発達が遅れたり、誤った動作を身につけてしまったりする場合があります。

## 「食べる機能」の困りごと

かじりとりができない、丸のみする、うまくのみこめない、食べこぼし、食べるのに時間がかかる、など

## 「話す機能」の困りごと

さ行、た行、ら行が正しく発音できない、話す時に舌が前に出る、など

## 「その他」の困りごと

お口ポカンで口呼吸になる、など



吹くあそびやブクブクうがいがオススメ

## あいうべ体操

(お口の周りや舌の筋肉を鍛える運動です)



「あー」

「いー」

「うー」

「べー」

- ・ゆっくり大きく動かしましょう
- ・声を出しても大丈夫です
- ・1日30回程度を目標にスタート
- ・鏡を見ながらすると更に効果的です
- ・痛みがある場合は無理をしないでください

参考資料：「8020読本 口腔機能発達不全症ってなあに？」

# 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。

年末、大掃除に取り組む家庭は、ちょっと意識してみてください。

- ◎ついでに不用品を捨てる
- ◎ついでに備蓄品を見直す
- ◎ついでに家具を固定する
- ◎ついでに賞味期限切れ間近な物を味見する

あれもこれもは大変なので、何か1つ、できそうなものに挑戦してみてみませんか？

## 今月のプチ防災

## 大掃除のついでに



## 活動紹介

### 調理実習（きたっこ乳幼児学級）

きたっこエリア（笠置・中野方・飯地）はbabyがたくさん。主任児童委員さんに見てもらいながら、お母さんたちは調理に集中できました。バランスのよいランチボックスが完成。

絵本の読み聞かせは、お母さんたちも聞き入っています。



バックナンバー▼



編集後記：サンタさんに何をお願いしましたか？私はひとりで映画を観に行く時間がほしいです。  
あとは視力回復！

