



# みゅーるだよい

伊達こども園 伊達子育て支援センター 1月号

令和8年1月5日

(文責: 子育て支援センター長 宍戸 まゆみ)

あけましておめでとうございます。皆様にとって笑顔あふれる1年となりますようにお祈り申し上げます。支援センターでは、今年もみなさんとのふれあいを大事に、安全に安心して楽しくゆったりと過ごせる場を提供していきたいと思います。今年もよろしくお願ひします。

寒さがきびしくなってきました。インフルエンザや胃腸炎も流行っています。感染症に気を付けながら、親も子も、食事・運動・睡眠のバランスを大切にして、心身共に元気に過ごしていきましょう。

## ～1月の活動予定～

日 に ち	曜 日	活 動 名	時 間	内 容
19日 21日 23日	月 水 金	発育測定「大きくなったかな」 ※ 毎月第3週に実施します。	随 時	発育測定カードを準備しています。 随時お子様の身長体重を計測して、発育記録にお役立てください。
15日	木	だんごさし	① 9:00～ ② 10:45～	だんごさしは小正月の伝統行事です。様々な色の紙粘土をまるめて、団子を作ったり、だるまや鯛に色を塗ったりします。
20日	火	音楽療法講座 ～楽器を使っての音遊び・ピアノに合わせて親子で体を動かすふれあい遊び～	① 9:30～ ② 10:10～ ③ 10:50～	講師 近藤美智子先生 各回親子8組まで ① 0歳・1歳対象 ② 1歳・2歳対象 ③ 2・3歳対象 ※お手玉・バスタオル
21日	水	1月生まれ誕生会	随 時	1月生まれのお友達をお祝いしましょう。
27日	火	人形劇の会	① 10:00～ ② 10:45～	人形劇サークル「エプロン」のみなさんに による人形劇をみんなで観ます。 ※ 各回親子10組まで
29日 30日	木 金	鬼のお面作り	随 時	節分に向けて可愛い鬼のお面をつくりまし ょう。
(2月3日)	火	豆まき会	随 時	節分のお話を聞いたり、ボールで豆まきを したりします。

### ～伊達子育て支援センターの利用案内～

*実施時間*	① 9:00～10:15	(30分 換気・消毒)
	② 10:45～12:00	(30分 換気・消毒)
	③ 13:00～14:30	(30分 換気・消毒)
	④ 15:00～16:00	(30分 換気・消毒)

※ 1回の受け入れ人数は、親子6組まで。

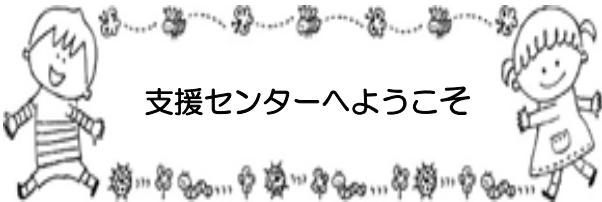
※ 事前に自宅での検温をお願いします。

※ お子さん、保護者の方に対して、基本的にはマスクの着用は求めません。ご家庭の判断で  
着用の有無をご検討ください。

※ 入室・退室時には、忘れずに、親子でアルコール消毒や石けんでの手洗いをお願いします。

※ 各自、水分補給用の飲み物をお持ちください。

☆ ご利用の際は、予約をしてからおいでください。来所予約・電話予約どちらでもいいです。



### ～クリスマス会～

今年も支援センターにサンタさんが来てくださいました。クリスマスのお話を聞いたり、ギターの伴奏に合わせてクリスマスの歌を歌ったりと。楽しいひと時を過ごしました。



## ～ 大内先生のワンポイントアドバイス ～

### ○ ご家庭でのお子さんの姿勢はどうなっていますか？

☆食事中に姿勢をよくしておくことは、小さいうちからしつけとしてしていくことが大事。  
(ひじをつかない・ひざを立てない・口を閉じて咀嚼する)

☆姿勢がくずれやすいと、飲み込む時にむせ返りやすくなる。猫背になっていると、気管と食道の切り替えが、うまくいかず誤嚥を起こしやすい。血流もうまく流れず、脳の発達にも影響することがある。

☆食事中に落ち着かないのは、行動欲求が満たされない場合が多いので、たくさん体を動かして欲求を満たしてあげることが大事。(外で思いきり遊ぶなど)

☆日頃から体幹を鍛えることを意識することが大切。  
不安定な所に立たせたり、バランスをとったり、片足立ちをしたりするのもよい。

### \* 姿勢は日頃の積み重ね \*



みなさん  
今年も  
いっぱい遊んで  
いっぱい笑って  
楽しく元気に  
過ごそうね

### 人形劇サークルエプロンさんによる ～ 人形劇の会～

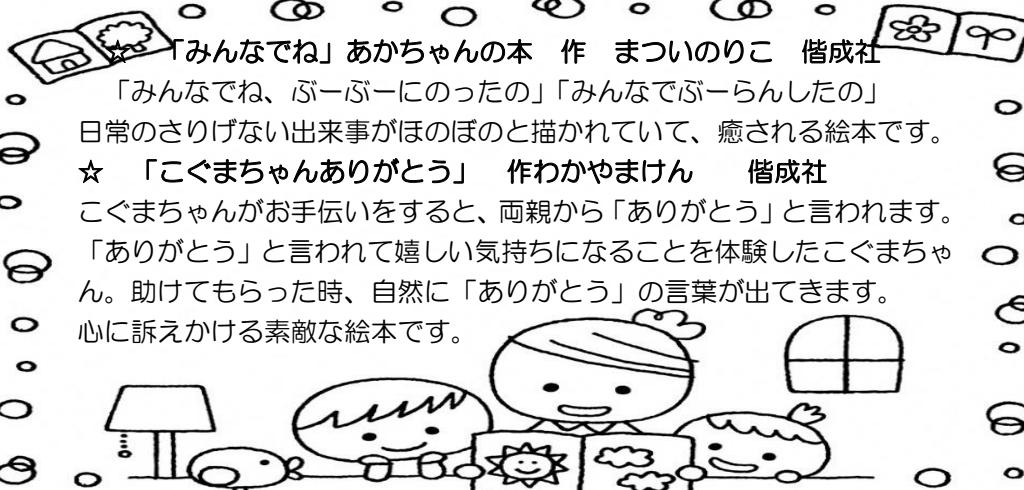
☆日時 1月27日(火)

○1回目 10:00～

○2回目 10:45～

☆ 楽しい人形劇、みんなが知っている歌に合わせてのペープサートなど。  
小さいお子さんも楽しめる内容です。  
みなさんどうぞいらしてください。

### ～読み聞かせ絵本の紹介～



☆みゅーる  
(Mure) って  
どういう意味?...

フランス語で『桑の実』  
ローマ字読みで『群れ』  
みんなでなかよく、のび  
のびゅったり群れ遊び  
みんな一緒に元気に育  
っていきましょう。