



だしっこ通信

令和6年6月4日

だしのご園 子育て支援だより

担当 堀川

先月の暑さはどこにいったのか…朝夕は寒ささえ感じます。気温の変化に注意しながら体調を崩さないように気をつけたいですね。今月は心地よい気候の下、外遊びができたらいいなあと考えています。どんな小さなことでも気がついたことがありましたら遠慮せずお知らせください。また元気な皆さんに会えるのを楽しみにしています。

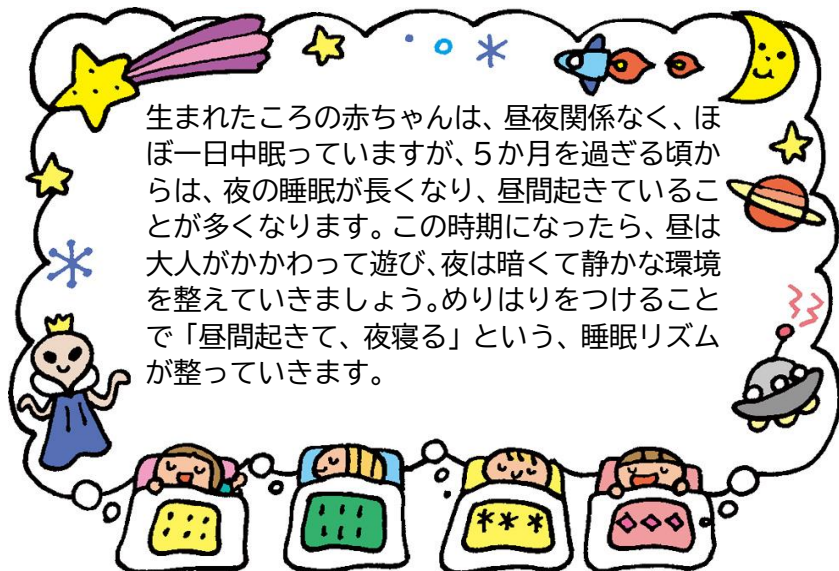
だしっこルーム6月の予定

5日 散歩に出かけましょう

12日 父の日のプレゼントを作ってみましょう

19日 だしのご園を探索してみよう

28日 セタ飾りに願いをこめて



生まれたころの赤ちゃんは、昼夜関係なく、ほぼ一日中眠っていますが、5か月を過ぎる頃からは、夜の睡眠が長くなり、昼間起きていることが多くなります。この時期になったら、昼は大人がかかわって遊び、夜は暗くて静かな環境を整えていきましょう。めりはりをつけることで「昼間起きて、夜寝る」という、睡眠リズムが整っていきます。

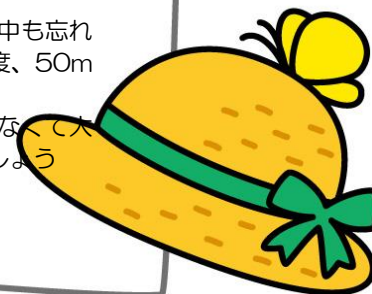


赤ちゃんの水分補給

どうしたらよいの？

大人に比べて子どもは汗かき。特に0～2歳のころは新陳代謝がよく、おしっこ回数も多いので、たくさんの水分が必要です。のどが渇いても言葉で伝えられないこともあるので、大人が気を配ってあげましょう。

- ・水分は吸収のよい湯冷ましや麦茶、番茶などがお勧め
- ・お散歩の途中や、あそびの途中も忘れずに・・・30分くらいに1度、50mほどが目安
- ・嫌がるときは、無理に飲ませなくて大丈夫。時間を置いてあげましょう



だしっこルーム7月の予定

10日(水) お昼寝アートを体験しましょう

17日(木) ちょうちんを作しましょう

20日(土) だしのご園の夏まつりに参加してみよう

24日(水) 水に触れてみよう

