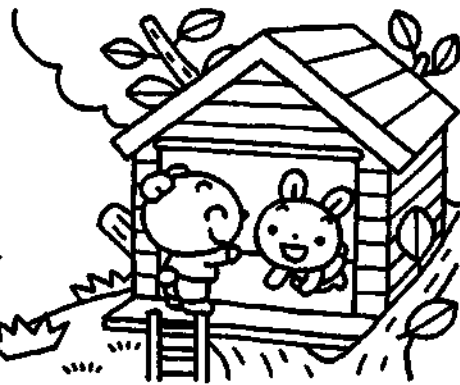


安井保育園 子育てだより

～てをつなごう～ 第82号《8月・9月》

西宮市安井町 4-15 TEL 0798-34-6677



連日暑い日が続き、園庭の木には今年もセミがたくさん鳴いています。安井保育園の子ども達は、プールや水遊びや感触遊び等、この季節ならではの遊びを思いっきり楽しんでいます。

9月からはまた、育児講座や短期体験保育が始まります。1ヶ月前からメールでの受付になりますので、8月中旬に受付が始まるものもありますよ。忘れないように申し込みをして下さいね。

【育児講座】

講師の先生を招いて行います。親子で楽しい時間を過ごしませんか。

ご希望の講座一日ずつお申し込みください。《 時間 10:00～11:00 》

講座名	日程	対象年齢	募集
ベビーマッサージ	2023年 9月19日(火)	3ヶ月～12ヶ月児 首が座っているお子様	10組
親子クッキング	2023年 10月25日(水) 2023年 12月 6日(水)	2歳以上児	各日 8組
リズムで遊ぼう!	2023年 11月 1日(水)	1歳以上児	10組



【短期体験保育～親子で一緒に保育園1日～】

お子様の年齢と同じクラスと一緒に遊びます。

《 時間 9:30～11:00 ・ 各日2組 》

0歳児クラス	2023年 9月13日(水) 2023年 10月24日(火) 2023年 11月21日(火)
1歳児クラス	2023年 9月20日(水) 2023年 10月31日(火) 2023年 11月28日(火)
2歳児クラス	2023年 9月15日(金) 2023年 10月13日(金) 2023年 11月 8日(水)

【申し込み方法について】

育児講座や短期体験保育は事前の申し込みが必要です。各日程の1ヶ月前の10:00よりメールにて受付けます。

(土曜、日曜、祝日の場合は、次の平日より)

※メールでの受付方法につきましては、各日程の申し込み受付日時が近づきましたら、ホームページの最新のお知らせやTwitterにてご案内させていただきます。



【短期体験保育の対象年齢について】

・0歳児(2022年4月2日～2023年4月1日生)

※ただし、生後6ヶ月以上児に限る

・1歳児(2021年4月2日～2022年4月1日生)

・2歳児(2020年4月2日～2021年4月1日生)


【園庭開放のお知らせ】

今年は暑さが厳しくなる事が予想されますので、8月の園庭開放は中止とさせていただきます。

9月からの再開については、ホームページやTwitterにてお知らせします。

ゆったりと見守りゆっくりと成長を楽しみましょう！

子どもは産まれて首がすわり、寝返りをしてどんどん成長していきます。「早くハイハイしないかな♪」「早く歩き出さないかな♪」と親は子どもの成長を願い、楽しみで「早く～しないかな♪」と思いがちですね。でも急がないで！子どもの成長には順番があり、子ども一人一人にはそれぞれ成長する速さも違い、その時々に必要な成長の過程があります。今回は産まれてからおすわりするまでの大切な成長のポイントをみていきましょう。


<p>①首がすわる</p>	<p>顔の向きをかえる事を繰り返すうちに、首の動く範囲も広がり首がしっかりしてきます。両手もよく動くようになり、両手を口の前にもっていき、手と手をからめたりなめたりして遊ぶようになります。</p>
<p>②寝返りをする</p> 	<p>手足がよく動くようになると、首をまわし顔だけで音の聞こえる方向や動く物を追視していたのが、身体全体を動かして追視するようになっていきます。手足も交差することも出来るようになると自然と寝返りが出来るようになります。最初は寝返りしてうつぶせになったことでびっくりして泣いてしまうかもしれませんが、何回か繰り返すうちにだんだんと慣れていきます。</p>
<p>③うつ伏せの姿勢を保つ</p>	<p>寝返りからうつぶせになることを繰り返していくうちに、手から肘に力を入れて顔をしっかりとあげられるようになり、うつぶせでいられる時間も長くなっていきます。こうした動きは、首や背中筋力の発達を促し、次の腹這いにつながります。</p>
<p>④グライダーポーズ</p>	<p>寝返りが左右でできるようになると、お腹を床につけ両手両足を浮かせて、飛行機のようなポーズを取ることがあります。「グライダーポーズ」といい、身体を反らせ子どもものびのびと手足を伸ばして楽しめます。このポーズができるという事は背筋が育ってきて手足の動きを意識するようになってきたともいえます。そして、ピポットターン（お腹を中心に手足で床を押しながらくるくる回る）、すり這い、這い這いにつながっていきます。</p>

遊びのポイント この時期には色々な方向から音の出る玩具を鳴らし話しかけたり、手を伸ばして届く所に興味のある玩具を置いてあげるといいでしょう。

ひと工夫 うつぶせの体勢がしんどそうであれば胸の下にバスタオルなどをはさんであげると、姿勢を保ったまま両手を使って遊ぶことができますよ。首をあげられることで視野も広がっていき、意欲的にうつぶせで遊ぶことができるようになります。



大切なポイント 無理におすわりをさせたり、歩行器にのせたりすることはせずに、毎日ご機嫌な時間に少しずつうつぶせで遊ばせてあげてくださいね。そのうちに長い時間うつぶせで遊べるようになりますよ。

<p>⑤すり這いから 四つ這いへ</p>	<p>うつぶせで遊ぶことを繰り返すうちに腕の力が強くなり、両手を床にしっかりついて胸をあげられるようになります。また、両手の力で床を押し、後ずさりするようになります。そして、足の力も強くなり、足の指で床を蹴ることができるようになると、手と足の両方をうまく使いピポットターンや前に進むことができるようになります。すり這いの始まりです。さらに、片手支持で交互に手が動き、足の親指を中心に引き寄せと蹴りが加わります。これに、膝の関節を曲げられるようになるにつれて、膝を支点にする四つ這いに移行していきます。日に日に移動範囲も広がり、自分の興味のある方向へ自由にすり這いや四つ這いで移動できるようになっていきます。</p>
<p>⑥おすわり</p> 	<p>腹這いから足の指に力を入れて腕をつっぱって上体をおこし、膝から足を前方にだしておすわりができるようになります。</p>

大切なポイント 大人の手の平で子どもの足の裏を固定して「蹴り」を体感させてあげると、四つ這いがスムーズにできるようになっていきます。手や足をしっかりついて力が入りやすい床面で過ごすようにするといいですね。

おすわりが安定すると手を自由に使うことが増えるため、大人もおすわりさせることが多くなりがちですが、おすわりの姿勢は自分でできるようになるまで無理させることなく、ゆっくりと待つことが大切です。まだまだうつぶせで遊ばせてあげてくださいね。またしっかりとおすわりができるようになるまでは、後方に倒れてしまう事も多いので、おすわりをしている時は後方に座布団など柔らかい物を置くなどの配慮が必要です。

※這い這い～歩き始めまでは次号（第83号）でご紹介します。

参考文献『0・1・2歳児の発達と保育』/都洋舎