

子育てひろば しらうめっこ

No.11

社会福祉法人たつの子の会
羽村しらうめ保育園
〒205-0014
羽村市羽東1-29-16
TEL / 042-555-1019

今年度からスタートした子育て広場。
たくさんのお母さんと子ども達が遊びに来てくれました！
一緒に園庭で遊び、リズム遊びを楽しみ、おいしい給食・離乳食を食べました。
来年度もぜひ、遊びに来てくださいね。



3月予定



月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4 子育て相談 園開放	5	6	7	8	9
10	11 子育て相談 園開放	12	13	14	15	16
17 子育て相談 体重測定 足形を取ろう！	18	19	20 春分の日	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

子育てひろば

開催日/毎週 開催時間/9:30~11:00
(詳しくはカレンダーをご確認ください)

○子育て相談

身長、体重測定だけでも大歓迎！
保育士・栄養士・看護師とお話しましょう！

○園開放(天候により園庭が室内遊びとなります)

親子で一緒に体を動かして遊びましょう。

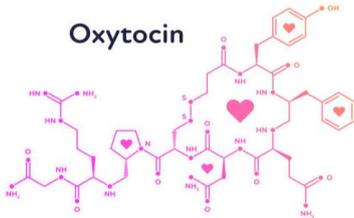
対象:0歳~就学前のお子さんとその保護者、出産予定の方
持ち物:着替え、帽子、タオル、水分補給用のお茶か水
※汚れてもよい服装でお越しください。

3月17日(月)
9:30~11:00
大きくなったかな？
体重・身長測定
足形をとろう！



感じる脳を育てよう！

「感じる脳」とは、生まれた時から周りのことを『感じ取る脳』のことで、乳幼児期に最も発達します。赤ちゃんは知識としてではなく感覚で、自分の周りの世界を知ろうとしています。自分にとって「心地よいか、不快か」「受け入れられているか、いないか」「愛されているか、いないか」ということを全身で受け止め、感じています。



乳幼児期に大切なのはスキンシップ 『オキシトシン』をたくさん増やそう！

『愛情ホルモン』と言われるオキシトシン。心地よいスキンシップをすると脳内でオキシトシンが作られ、スキンシップをする方にもされる方にも増えていきます。オキシトシンはストレス反応を弱めたり、情緒を安定させたり、愛情を深めて成長や絆を促す効果があると言われています。

脳が最も発達する乳児期にオキシトシンの影響を受けることで、将来もオキシトシンが出やすい脳になり、人間関係が豊かになると言われています。

例えば、親子間の愛情が強くなったり、他人に親近感を抱きやすくなる、将来にわたって学習能力が高くなる、ともいわれています。

また、オキシトシンが分泌されることで、「セロトニン」や「ドーパミン」の分泌を促進させ、相互作用によりストレス緩和に繋がります。

乳児期にオキシトシンをたくさん分泌させることは大切なこと！

スキンシップで子どもが安定すると親もほっとし、お互いの愛情がちゃんと伝わり、子育ての楽しさが増えていくと考えられています。

オキシトシンの効果

- ・親子の愛情関係を深める
- ・ストレスに強くなる
- ・幸せホルモン セロトニンを活性化
(セロトニンは心と体の両方を安定させる)
- ・記憶力が良くなり、学習能力が高まる
- ・体の成長を促す



オキシトシンを増やす方法

- ・スキンシップをする・される
- ・人に親切にする
- ・優しい言葉をかける
- ・暖かいものを飲む・食べる
- ・体を温める
- ・感情を発散させる

正しい育児方法より、あたたかいスキンシップ！

子育て中は忙しいですが、少しの時間でも親子で触れ合う時間を作っていけるといいですね。