



あんずっこ通信<8月号>

令和8年8月 更埴子育て支援センター



いよいよ夏本番！毎日暑いですね。気温が上がってくると地表からの照り返しも強くなり、子どもたちやベビーカーに乗っている赤ちゃんは大人が体感している以上の暑さにさらされてしまいます。子どもさんと外出する際は熱中症予防のためにもなるべく日中を避け、涼しい場所で途中休憩をとり水分補給を心がけましょう。センターに涼みに来てください。来館をお待ちしています。



～赤ちゃん豊かな時間を過ごしましょう～

授乳中は、ゆったりとした気分で赤ちゃんに向き合しましょう。「アーアー」「ウーウー」などの声を出したときにはできるだけ応え、相手をしてあげましょう。意味のある単語は1歳半頃に出るようになります。それまでは、赤ちゃんは「言葉の貯金」をしています。言葉が話せない赤ちゃんにも積極的に話しかけることが、言葉の発達にはとても大事です。そのためにも、特に2歳までの子どもにはテレビやDVD、スマホ、タブレットなど、見せることは控えることをお勧めします。

生まれたばかりの赤ちゃんでも、明るい暗いの区別がつき、明るい方を見ようとします。特に30cmくらい離れた人の顔に注目することがわかっています。授乳中は赤ちゃんの目を見て話しかけてあげることが大事です。

言葉を話せない赤ちゃんは、泣いたりぐずったりすることで、「おなかがすいた」「おむつがぬれた」「暑い」「寒い」などの生理的欲求や「抱っこして」「遊んで」などの情緒的欲求を訴えます。なぜ泣いているのか分からない時に子育てアプリを見せるのではなく、「どうしたの」などの声かけや抱っこなどを繰り返すことで親子の絆ができてきます。

乳幼児期は視力が発達する重要な時期です。テレビ、特にスマホ、タブレットなどの小さな平面画面を見る時間が長いと、視力の発達を妨げます。日本の子どもたちの視力は、テレビやゲーム機の普及のあと急速に悪化しています。家の中にはばかりいないで外で自然と触れ合うこともいいですね。

センターでは絵本の貸し出しをしています

心を豊かに育てるためにお父さんやお母さんからの心のこもった語りかけが大切です。繰り返し絵本を読んであげることでその言葉を聞きながらお子さんは絵本の世界に入っていけるようになります。絵本の楽しさを味わうことで言葉を聞く喜びを知り言葉を獲得していきます。親子でたっぷり絵本の世界を楽しんでください。

水遊びコーナーがあります。水遊びをしたい方は準備をして来てください。天候、気温によってできない日もあります。電話でご確認ください。

《お問い合わせ》

千曲市更埴子育て支援センター

TEL 026-273-6180

FAX 026-273-6182

Eメール kosodate-sc@city.chikuma.lg.jp