



あんずっこ通信<12月>

令和1年12月 更埴子育て支援センター



今年も残すところあとわずかとなりました。クリスマス、大掃除、お正月の準備と大人は忙しい日々ですが、子どもたちはサンタさんが来てくれることを楽しみにしていることでしょう。寒くなってきましたが、センターに来てくれるお友だちは元気いっぱいです。お砂遊びをしたり、「公園行ってきた！」などとお話ししてくれたりします。かぜなどの流行も気になる頃なので予防を心がけて、元気に冬を過ごしましょう。

何かと慌ただしい毎日ですが、センターにも遊びに来てひと時を楽しんでください。



～言葉の育ちは個人差が大きいもの～

10ヶ月から1歳にかけて発見の喜びや驚き、「何で？」と疑問に感じることを大好きな大人に伝えようと盛んに指示するようになります。さらに自分の欲しいものがあると、指さしと同時に「あっあっ」と声を出して大人の注意を引こうとします。人さし指をコミュニケーションの道具として使うようになってきたのです。そうなってくると、言葉が出てくるようになりますが、言葉の育ちは個人差が一番大きいので、まずはほかの子と比べないことが大切です。言葉を聞いて理解し行動がとれているかが重要です。「お散歩へ行く支度しようかな」と言えば靴を履きに行ったり、「歯磨きしようか」と言えば洗面所に行くなど言葉と行動が結びついているかどうか日頃の様子を観察しましょう。また、まねっこをする力も大切です。大人の言った言葉を楽しんでくり返すようなら、人への興味や関心も育っている証です。子どもが「ワンワン」と一語文で話したら、一語で言い表せない隠れた言葉を代弁し、「ワンワンがいたね。」などと、その子が伝えたいと思っている気持ちを丁寧に言葉にしましょう。やがて子どもはその言葉を聞いて、二語文、三語文が言えるようになっていきます。



寒い朝には体も目覚める朝食を

温かいスープや味噌汁、おでんやシチューなどの煮込み料理は、おなかの中から体を温めてくれます。根菜類やイモ類、ねぎやしょうがも体を温める食材です。食事をするだけでも体温が上がるので、熱の材料となる炭水化物・たんぱく質・脂質をしっかりと取りましょう。ご飯、魚・肉・大豆製品・卵などのおかず、根菜たっぷりの味噌汁で、寒い朝でも体をしっかり目覚めさせたいですね。



《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