

6月












南区ひばる子どもプラザ ひつじのおうち

〒811-1355
福岡市南区桧原2丁目36-15
Tel 092-555-6565

2020年度 第123号

紫陽花のお花たちが色づき始める季節となりました。皆さまいかがお過ごしでしょうか。梅雨が近づくとつれ、蛙の元気な鳴き声やカタツムリとの出会いもあるかもしれませんね。ひつじのおうちでは、色とりどりのお花たちと共にスタッフ一同皆さんにお会いするのを楽しみにしております。

[2020年6月] (開館時間:午前10時~午後3時)

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
						休館日
7	8	9	10	11	12	13
休館日						
14	15	16	17	18	19	20
休館日						
21	22	23	24	25	26	27
休館日						
28	29	30	ミニ講座について…			
休館日			コロナウイルス感染拡大防止のため、6月のミニ講座はお休みとなります。再開の際には館内掲示やブログ等でお知らせします。みなさんお楽しみに♪			

利用方法についてのお願い

ひつじのおうちの利用時間が当面の間変更となります。

開館時間

(午前の部 10:00~12:00)
(午後の部 13:00~15:00)

※12:00~13:00/15:00~16:00の間は換気・消毒作業の為利用できません。

ランチコーナーはお休みとなります。来館の際にはマスク着用のご協力をお願いいたします。

おもちゃの紹介

今回ご紹介するのはカードゲーム『ペーター』です。

ルールはトランプのババ抜きと同じです。ただ違うのは、数字を揃えるのではなく左上に描かれた絵を揃えるところです。とても可愛い絵なのでお子さんも親しみやすく楽しめると思います。

ひつじのおうちでしてみてください♪



子育てワンポイントアドバイス

意欲のある子は 早寝早起き

朝「おはよう！」と気持ちよく起きてきて「行ってきま〜す！」と元気に学校へ出かけて行く、そんな小学生だったらどんなにいいでしょう。そのために乳幼児期にほんのちよつと手をかけてみませんか。

早く寝かしつけるとこんなに楽！～小さいうちが勝負～

6歳までの子どもの理想的な就寝時間は8時。「そんなばかなー」と思うけれど、やっぱり早寝早起きの子どもには、いいことがたくさんあります。



自分ですっきりと起きる！
自分ですっきりと起きる。「早く起きなさい」と言わなくていい。



ひとりでよく遊び機嫌がよい
眠りが足りていると情緒も安定。親のイライラも少なくてすむ。



意欲的！
「早くしなさい」と言わなくてすむ。



時間ができる
夜、ゆっくりと大人の時間を楽しめる……。



病気に強い！
ぐっすり眠ると食欲もわく。自律神経、ホルモン分泌、消化器の働きも快調！



早寝早起きの習慣がつく
「早く寝なさい」と言わなくていい。

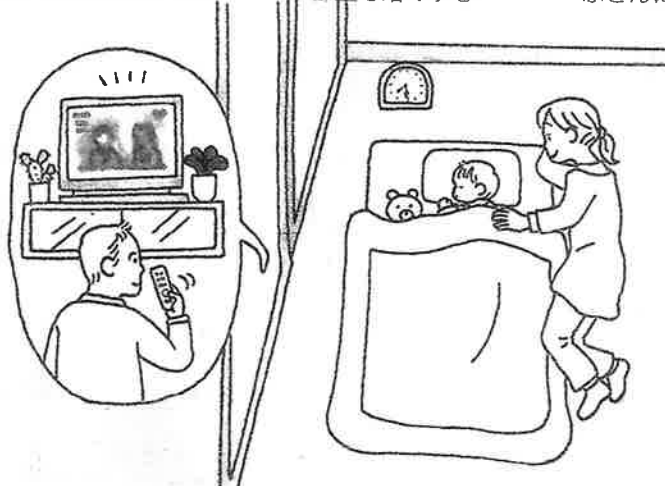
子どもを寝かしつけるには？

子どもに1日3回食事を食べさせるように、幼児の間は、毎日子どもを寝かしつけることが親の役割です。睡眠のリズムができあがると、次第に同じ時間に寝くなるようになります。

お父さんは
早めに家に帰ってくる

電気を消して
部屋を暗くする

9時までには
ふとんに入れる



寝かしつけて
もらえない子どもは、
毎日体の限界に挑戦！

幼児は、放っておくと体の限界まで起きています。親に寝かしつけてもらえない子どもは、翌日の疲労もたまりがちです。

遊びながら
ハッキリ

ぐーっ



テレビなどの音は
小さくする

背中を軽くたたいたり
さすったりする

寝かしつける時間は
15分から30分

『子育て支援
ひだまり通信』

高山 静子 著