

十和田めぐみ保育園では、園の機能を地域に役立てるために、保育所地域子育て支援センター事業を実施しています。お子さんをお持ちの出会いの場と交流の場として活動しています。育児の不安や悩みを相談し合ったり、リフレッシュできるような活動も散り入れています。また、育児や家事の知恵やアドバイスも行っておりますので、是非ご利用下さい。

# 7月 エンゼルだより

令和4年7月1日

社会福祉法人三徳会十和田めぐみ保育園

子育て支援センターエンゼル

センター長

夏本番になる時期になってきました。エンゼルでは、様々な活動をして楽しんでいます。今人気スポットのなっているのは、バーベキューコーナーです。子ども達は集ってバーベキューごっこをしています。

エンゼルでは引き続き、新型コロナウイルス感染症の拡大予防のため、風邪症状のある方は（発熱や咳、鼻水等の症状）利用できませんのでご協力よろしくお願いいたします。利用の際には問診表をご記入いただきます。検温してからおいでいただけると助かります。ご理解とご協力よろしくお願いいたします。現在、7組まで利用頂けます。

エンゼルでは、午前のサークルも午後開放も予約を受付けています。引き続き飲食は控えていただくことしております。なお、地域の感染状況によっては、活動を中止したり閉鎖となることもありますので随時お知らせいたします。

今月は、夏の活動も予定しています。また、7月25日～8月20日は自由に遊べる「開放日」です。面白いコーナーを設置しておりますので、遊びに来てくださいね！

## 6月の活動の様子

### ～おでかけ三昧～

十和田ファミリーサポートセンターの支援会員養成講座のために、6月1週目・2週目は十和田市内のあちこちに行って、サークル活動を行いました。めぐみ保育園やみきの保育園、駒っこランド、タワーと、現地に集合し遊びました。

初めて駒っこランドに来た赤ちゃんも、お天気よく、そよ風が気持ちよかったです。快適に過ごすことが出来ていたようです。芝生の感触も初めてのようで、恐る恐るハイハイの一步を出していた可愛らしい様子でした。お出かけしたことで、新しいお友達にエンゼルを知ってもらえました。

### ～カラフルボトルを作ろう～

エンゼルで問い合わせ1位のおもちゃ「カラフルボトル」を皆さんで作ってみました。子ども達に握りやすい、小さな飲むヨーグルトの空き容器に水を入れ、水性のペンをずぼっと入れ、混ぜ混ぜするだけです。色が水に移って、しかも透明なインクなので、とてもきれいです。また、水とPVA洗濯糊を混ぜ、ビーズを入れたりすると、ゆっくりと中のビーズが沈んだりします。ご家庭でもぜひ！YouTubeで活動の様子をご紹介します。



## 相談コーナー「トイレトレーニング、いつどう始めると良い？」

トイレトレーニングにプレッシャーを感じるお母さん方は、大変多いようです。サークル内でも「いつどう始めればいいのかわからない」というお話や、「オマルや補助便座は買ってはいるけど…」という話をよく聞きます。書籍を抜粋し、うまくトイレトレーニングに移行する流れをご紹介します。（出典：学研・生活の自立 Hand Book 監修 谷田貝 公昭）

### ★オマルに座ってみよう！

お座りが上手になり、腰がしっかりとしてきたら、座らせてみましょう。

（大体7～8ヶ月ころ）お昼寝から起きたとき、オムツが濡れていなかったら、座らせてみるといいでしょう。

座ることに慣れてきたら、オムツを外して「シー出るかな？」などと声をかけてみます。

※無理強いせず、嫌なイメージを持たないようにします。

※もしも出たら、一緒に喜びます。

※補助便座からの転落の無いようにしましょう。



### ★オムツ外しの時期は？

トイレトレーニングの時期は、1歳～2歳8ヶ月位と、かなり幅があるので、子どもの状態を見て、それぞれのタイミングで進めると良いです。目安としては、

- ・オムツが濡れる間隔があいてくる。
- ・一回のおしっこの量が多くなる。
- ・一定の間隔で排尿するようになる。

子どものおしっこの間隔をつかみ、おおよその目安で誘ってみると良いでしょう。



### ★うんちは習慣作り

排便の自立で一番たいせつなのは、毎日決まった時間にするという習慣づくりです。朝、家庭でうんちできればいいのですが、あわただしい中、時間をかけて落ち着いてトイレ腰を下ろすのも難しいのが現状です。何のためにトイレに行くのか理解できるような1歳半くらいからを目安に、食後にトイレに誘う事から始めて行きましょう。あるいは、うんちの兆候がわかったら、気付いたらすぐにトイレに誘って、成功体験を重ねて行けるようにします。

### ★もらしたときは…

もらしてしまった時には、「早くトイレに行かなきゃダメでしょ」などと、責めるようなことは絶対に言わないように。叱られた経験から、失敗したことを言えなくなることもあります。

困ったときにはご相談ください！

一緒に取り組みましょう！

# ～参加申し込み方法～

お子様の発達に合わせてサークルにご参加いただけます。2日前までのご予約をお願いいたします。

\*月曜日・水曜日は【生後～1歳3ヶ月くらい】・・・**ひよこサークル**  
 \*火曜日・金曜日は【1歳3か月～3歳くらい】・・・**かなりやサークル**

※キャンセルの場合もお手数ですがご連絡下さいませようよろしくお願いいたします。

★育児講座の時、おでかけエンゼルの時には、ひよこ・かなりやに関わらず、ご参加頂けます。

★ご予約・ご質問は、0176-25-5808（スタジオエンゼル）まで。

## 7月の予定

\*ひよこ・かなりやサークルは9時ぐらいからのスタートです。  
 \*育児講座・地域交流・土曜日の活動については各案内をご確認下さい。  
 \*飲食がまだ解除になっていないので、利用料は無料です。

| 月                                   | 火                             | 水                     | 木                               | 金                              | 土                                    |
|-------------------------------------|-------------------------------|-----------------------|---------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------|
| 6/27<br>(ひよこ)<br>エンゼル写真館<br>※おかゆづくり | 6/28<br>(かなりや)<br>エンゼル写真館     | 6/29<br>(ひよこ)<br>水遊び  | 6/30<br>(育児講座)<br>親子でダンス<br>DAY | 1<br>(かなりや)<br>水遊び             | 2<br>のぞみカフェ<br>「子どもの発達と<br>今からできること」 |
| 4<br>(ひよこ)<br>七夕飾り<br>づくり           | 5<br>(かなりや)<br>七夕飾り<br>づくり    | 6<br>(育児講座)<br>歯磨きの仕方 | 7<br>(おでかけ)<br>お馬と<br>なかよし      | 8<br>(育児講座)<br>夏の応急処置          | 9<br>開放日                             |
| 11<br>(ひよこ)<br>お誕生会                 | 12<br>(育児講座)<br>リフレッシュ<br>バレエ | 13<br>(かなりや)<br>お誕生会  | 14<br>(育児講座)<br>親子でダンス<br>DAY   | 15<br>(かなりや)<br>水遊び            | 16<br>おとうさん<br>エンゼル<br>※おんぶの仕方       |
| 18<br>海の日                           | 19<br>(かなりや)<br>身体測定          | 20<br>(ひよこ)<br>身体測定   | 21<br>(育児講座)<br>親子ヨガ            | 22<br>(おでかけ)<br>駒かいドーム<br>で遊ぼう | 23<br>開放日                            |
| 25<br>(ひよこ)<br>開放日                  | 26<br>(かなりや)<br>開放日           | 27<br>(ひよこ)<br>開放日    | 28<br>(おでかけ)<br>トワーレで<br>遊ぼう    | 29<br>(かなりや)<br>開放日            | 30<br>開放日                            |

### ☆マタニティエンゼルのご案内☆

赤ちゃんが生まれてくるのがとっても楽しみ！先輩ママたちにお話を聞いてみませんか！

7月11日(月)

★そのほかの活動の日でもご参加頂けます。ご相談ください。

### ～育児講座のご案内～

#### ◆夏の応急処置

日時:7/8(金) 10:00～11:00

熱中症、鼻血、そのほか突然お子さんの体調不良が起こった時の対応について、資料を用いて学習します。

#### ◆歯の磨き方について

日時:7/6(水) 10:00～11:00

○歯科衛生士 日野口尚子さん

○対象:親子7組

(1歳半以上のお子さん)

○持ち物:歯ブラシ タオル

#### ◆お母さんのための

##### リフレッシュバレエ

日時:7/12(火) 10:00～11:00

バレエのポーズを取り入れたエクササイズで身体のゆがみを改善できます。

○講師:服部明子 先生

○対象:親子7組

○持ち物:汗拭きタオル 動きやすい服装

#### ◆親子ヨガ講習会

日時:7/21(木) 9:30～10:30

親子で楽しみながらヨガで身体をほぐしましょう！

○講師:新山奈穂 先生

○対象:親子7組まで

○持ち物:汗拭きタオル、ヨガマット 動きやすい服装

#### ◆親子で楽しくダンスDAY!

日時:7/14(木)10:00～11:00

親子で思いっきりリズムに乗って身体を動かしましょう！

○講師:川村理子 先生

○対象:親子7組

### ☆おとうさんエンゼル☆

7月は「おんぶの仕方」をお教えます！

〈日時〉7月16日(土) 10:00～12:00

〈対象〉0～3歳くらいのお子さんとお父さん

★スタッフもサポートします！お母さんのリフレッシュのためのご利用も大歓迎！

### ◆のぞみカフェのご案内

～保護者対象の研修会～

言葉の遅れ?ごだわり?

「子どもの発達と今からできること」

・日時:7月2日(土) 10:30～12:00

・場所:子育て支援センターエンゼル

LITALICOの保護者向け勉強会を受けられます。基本の知識を学ぶ機会になります。

### ◆電話相談・面接相談

日頃子育ての事で悩んだり困ったりしていることはありませんか?誰かに話すと気持ちが楽になることもあります。気軽にお話して下さいね!(事前に予約が必要ですので、お電話ください。) ☆スタジオエンゼル TEL25-5808

☆十和田めぐみ保育園 TEL22-0141

### ～お出かけエンゼル～

#### ◆お馬となかよし(乗馬体験)

〈日時〉7月7日 10:00～11:00

〈場所〉十和田乗馬倶楽部

十和田市三本木佐井幅 115-2

☎ 0176-26-2945

○講師:乗馬倶楽部インストラクター

○対象:1歳3ヶ月位から3歳位までのお子さんと親御さん※5組まで

持ち物:汚れても良い服装(靴)、着替え等

#### ◆駒かいどーむで遊ぼう!

〈日時〉7月22日(金) 10:00～11:00

〈場所〉十和田市西二十二番町 24-20

※10組参加出来ます。お母さんも、動きやすい服装でお越しください。

#### ◆トワーレで遊ぼう! ※申し込み不要

〈日時〉7月28日(木) 10:00～11:00

### ～おしらせ～

・飲食は出来ませんが、各自水分補給出来るようにご準備してください。

・「お出かけエンゼル」は、現地集合・現地解散です。

### 〈エンゼル駐車場についてのお願い〉

駐車場が狭いためご不便をおかけしますが、歩道やファミリーマートの駐車場には駐車することのないようにお願いします。満車の際は総合体育センターの駐車場をご案内する場合がございますのでご了承ください(有料になります)



サークル活動などに参加出来ない方へ

### 活動をご自宅までお持ちしますよ!

なかなか支援センターと時間が合わない。事情があって、園や支援センターに行けない方には、ご宅に年齢発達合いそうな活動、クラフトのキットをお持ちします。お電話でお申し込みください。

～申し込み方法～

・お電話でまずは相談を！  
年齢やお子さんの様子をお聞きします。好きそうな活動、クラフトのキットを玄関先でお渡しします。

**お気軽にご相談ください!**

エンゼルだよりは、子育て支援センターエンゼルホームページでも見ることができます。日程の確認など、ぜひ活用くださいね。

また、エンゼルの動画をアップしています。YouTubeからも見ることが出来るのでぜひご覧になってみてくださいね♪