

## ファミサポ通信

☎⑤777



齋藤則子さん (提供会員)

自分も子育ては苦労したので、頑張るお母さんを応援したくて提供会員になりました。やはり子どもはいいですね。家の中にいるだけで雰囲気が明るくなります。地域のおばあちゃん役として何か力になればと思います。



### あかちゃんといっしょのおはなし会

1月25日(水)  
午前10時30分～11時

### おたまじゃくしおはなしの会

2月の土曜日  
午後3時～3時40分

## こども 救急 相談

☎#8000

月～土曜日  
午後6時～翌朝午前8時  
日曜日・祝日・年末年始  
午前9時～翌朝午前8時

## 2月子どもカレンダー *child*

問い合わせ：子ども課 (☎④ 2268) 会場：市保健センター

項目	期日・受付時間	対象年齢・内容
両親学級 ※要予約	4日(土) 午前9時20分～9時30分	沐浴・妊婦体験など (先着12組)
股関節検診	9日(木) 午後1時～1時45分	平成28年11月生まれ
4カ月児健康診査	22日(水) 午後1時～2時	平成28年10月生まれ
BCG・ブックスタート ※要予約	14日(火) 午後1時～1時20分	平成28年8月生まれ
前期離乳食教室	6日(月) 午前10時～10時10分	平成28年8月生まれ
後期離乳食教室 ※要予約	10日(金) 午前10時～10時10分	平成28年5月生まれ
1歳児健康診査	1日(水) 午後1時～1時30分	平成28年2月生まれ ※フッ素塗布券配布
1歳6カ月児健康診査	23日(木) 午後1時～1時30分	平成27年7月生まれ
わくわく相談 (2歳児相談)	17日(金) 午前9時30分～9時40分	平成26年10月生まれ
3歳児健康診査	16日(木) 午後1時～1時30分	平成25年10月生まれ
5歳児健康診査	7日(火)・8日(水) 午前8時50分～9時	平成24年2月生まれ ※集団遊びがあります

## 子育てstyle

### 手洗い・うがいの習慣

手洗い・うがいは感染症の予防などに非常に効果的です。しかし、小さい子どもは嫌がったり丁寧にできなかつたりしてなかなか身に付けられません。

#### 手洗い

“きれいになると気持ちいい”という感覚を教えてください。食事前や遊びの後などは洗面所で必ず手を洗わせるようにしましょう。一人ではできない場合は、ウェットティッシュで小まめに手を拭くか、大人が手を添えて一緒に洗ってあげましょう。

#### うがい

ガラガラうがいが上手にできず、こぼしたり吐き出したりするので、最初はお風呂で練習してみてください。最初は水を口に含まず、上を向いて「カー」と声



を出す練習をしてみましょう。慣れてきたら水を含んで練習すると、だんだんコツがつかめてきます。

どちらも隣で手本を見せながら楽しくやるのが効果的です。しっかりできたら褒めてあげるなど、子どもにとって楽しいことと印象付け、習慣化してください。

## キラリわたしの学校

### 神流小学校

～運動を楽しむ～

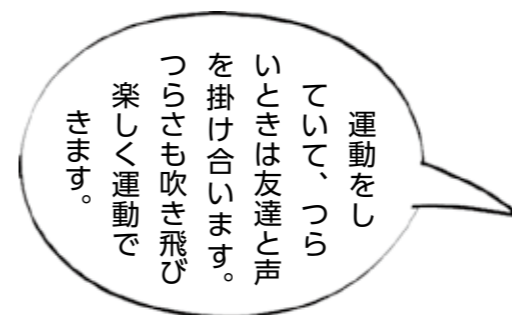
生活環境の変化で、運動・健康面での子どもの体力は全国的に低下しています。そんな中、県のモデル校指定を受けた神流小学校では、子どもたちの体力アップに向けたさまざまな取り組みが行われています。中でも、第一線で活躍する地域のスポーツ選手を招いて行われるスポーツ教室は、子どもたちに多くの刺激を与えます。

#### 体力アップ

運動の基礎である“走る力”を鍛えるために、箱根駅伝にも出場経験のある上武大学駅伝部から指導を受けます。現役で活躍する選手との交流は新鮮で、運動することの楽しさや姿勢も教えてもらいます。運動の魅力を知った子どもたちは、どんな種目にも全力で取り組み「運動ができるようになった」と感じています。持久走大会では4年生が校内新記録を出すなど結果として表れています。

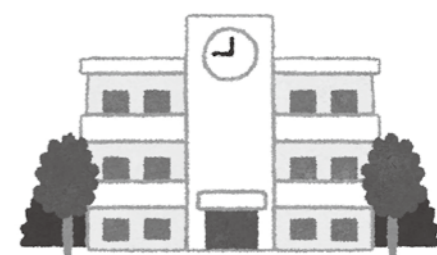
#### 意識の変化

さまざまな取り組みによって体力がついただけでなく、子どもたちの意識も変わってきました。普段の遊びや日常生活でも自然と体を動かします。その変



#### 神流小学校 6年生

Name 片山達貴さん 清水大志さん  
三ツ木千紘さん 中野咲穂さん



問い合わせ 学校教育課 (☎⑤8212)



↑一緒に走る大学生や周りの人たちから応援が飛ぶ。つらい時の応援でいつも以上の力が出る。

化は保護者にも影響を与え、買い物など近場への移動には車を使わず、徒歩や自転車で行くことが増えました。これからも日々の小さな運動を積み重ね楽しく運動を続けていきます。

