



### 3月になりました。

3月になりました。さわやかな春風が吹き始め、お外で遊びやすい季節がやってきましたね。さて、1月（行く）、2月（逃げる）、3月（去る）とは常々言われておりますが、平成29年度（2017年度）も残すところ、1ヶ月を切ってしまいました。子育て支援センター“でんでんむし”は昨年4月に開設しましたが、この間、4月は寝返りもできなかつた赤ちゃんが



お座りができるようになり、はいはいから、今では一人歩きというように…など、子どもたちの成長を実感する今日この頃です。本当にあっという間の1年だったようです。これからもみなさまによって居心地がよく、安心できる“でんでんむし”でありたいと思います。



### ～子育てワンポイントアドバイス～ ー寝る子は育つ！ー

「春眠暁を覚えず」ということわざがあります。春は暖かく、春の夜は眠り心地がいいので、朝が来たことにも気付かず、つい寝過ぎしてしまう、という意味です。眠りは子どもたちの成長にとっては重要な活動です。子どもたちが眠っている間に成長ホルモンが分泌されています。特に21時から23時頃はより多く成長ホルモンが分泌される時間帯だそうです。



#### ○ 赤ちゃんが寝ない！泣く！イライラしたときには？？ー

○ 赤ちゃんの眠りに関して悩みを抱えているママやパパはたくさんいます。赤ちゃんにとって1日の睡眠時間も大切な目安ですが、同時に睡眠の質を高めることも大切です。赤ちゃんはうるさい場所や明るい場所だとリラックスした睡眠をとることができませんし、体力の回復も不十分な状態になってしまいがちです。睡眠する場所の環境を整えることも大切なようです。



#### ー耳掃除のポイントは？ー

3月3日は耳の日でした。耳は音を聴くだけでなく、体の平衡感覚を保つための大切な器官です。耳かき棒を使い強めにひっかくと、外耳を傷つけてしまうことがあるので、細めの綿棒を使うことをおすすめします。お子さんがどうしても耳掃除を嫌がる場合は、耳鼻科に行き、専門家に任せる方法もあります。



### ～ 子育て支援センター「でんでんむし」の2月のイベントから ～

**第2回「赤ちゃん登校日」 20日(火)**

ファミリー・サポートセンター(にじいろ)、利用者支援事業(パラソル)との共催で、今回も東原庫舎西溪校で行いました。中学生のみなさんとのおふれあいを楽しんだり、生徒のみなさんも、自分の将来や子育てについて話をしたりなど、楽しいひとときを過ごしました。

**児童センター「文化祭」 18日(日)**

**ミュージカル ～大きなかぶ～**

18日は佐賀女子短期大学の学生さんによる「ミュージカル～大きなかぶ～」がありました。子どもから大人まで楽しめる内容で、参加者からも「劇に手遊びにダンスと盛りだくさんで子ども達も楽しんでくれました。声もゆっくりと大きな声で聞きやすかったです。」などかなり好評でした。

**今月のメニュー**

- 1日 10:30～ 「ひなまつり」
- 8日 10:30～ 「赤ちゃん広場」
- ・講師:佐賀女子短期大学 専任講師 小島菜実絵先生
- 9日 10:30～ 「子育て講話」
- ・講師:佐賀女子短期大学 准教授 櫃本真美代先生
- 20日 10:30～ 「お誕生日おめでとう」
- 14:30～ 「食育相談会」
- ・講師:佐賀女子短期大学 専任講師 小島菜実絵先生

※全ての講座、イベントで託児あります。  
☆連絡先 多久市児童センター内「子育て支援センター」☆  
[Tel 0952-37-1117] (みんな・いっしょに・いっいな)