キンダー南館子育て支援センターだより

令和4年9月号

今夏は、記録的な猛暑と激しい豪雨や長雨で山形はもちろん東北を中心に大きな被害が発生し、心を痛めた夏でもありました。お盆が過ぎ、急に気温が下がったかと思ったら、また暑さが盛り返すなど体調が追い付かない状態ですね。日が沈むのも少し早くなり、虫の声が聞こえ、秋の気配も感じられます。これからの時期、体調を崩さぬようにお過ごし下さい。気温の変動も大きくなっていきます。気温に合わせて体温調節ができるように衣服を上手く使って対応していきましょう。

さて、９月からは、認定こども園、保育園の令和５年度の入所申し込み書類の配布が始まります。詳しくお知りになりたい方は、センターや当こども園にお問い合わせください。

お友だちとの関わりや経験が子どもたちの大きな力へとつながっていきます。ぜひ、センターに来ていただき一緒にあそびましょう。お待ちしています。

＜親子体験保育・育児講座＞

「９月の誕生児手形アート」
日時：９月２９日（木）・３０日（金）
場所：子育て支援センター室
・９月生まれのお誕生児のお友だちの手形アート、足形アートを作ってお誕生日の記念にしませんか！９月生まれのお友だちぜひご参加ください。申し込みは不要です。＊センターは通常で開所しています

「大きくなったかな」
（身体測定です）
日時：９月２６日（月）
午前・午後
・毎月、身長、体重を計測しています。記録カードをお持ちの方はお持ちください。お持ちでない方はセンターで用意します。

＜9月の予定＞

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
						お休み
4	5	6	7	8	9	10
お休み						お休み
11	12	13	14	15	16	17
お休み						お休み
18	19	20	21	22	23	24
お休み	敬老の日				キンダー大運動会 秋分の日	お休み
25	26	27	28	29	30	
お休み	大きくなったかな			誕生児手形アート	誕生児手形アート	

薄着の基礎知識

＜健康的に、快適に、動きやすく＞

＊子どもは薄着がよいと言われますが、むやみに薄着にすると０・１・２ 歳児の小さな子どもには、負担がかかることもあります。これからの時期に向けて適切な衣類の着せるポイントを考えてみましょう。

Q１子どもは寒がり？それとも暑がり？

A…子どもの体は熱しやすく、冷めやすい。だから衣類をこまめに調節しましょう。子どもは基礎代謝が活発で、もともと体温が大人より高めです。また、子どもは、体が小さい分汗線が密集していてたくさん汗をかきます、冬は、かいた汗が体を冷やしてしまうこともあります。大人に比べ皮下脂肪が薄いため、外気の影響を受けやすいのです。

Q2 秋のおすすめコーディネートは？

A…肌着ですが、夏は速乾性の高い化繊の物もよいのですが、冬は保温性が高い綿を選ぶといいようです。また、これからの時期に向けては、綿の長袖 T シャツの上に半袖 T シャツを着ると重なった空気の層が温かさをキープするので暑すぎず快適に過ごせます。（あくまでも一例です）ズボンは、伸縮性があり腰回りや膝を動かしやすいものがいいようです。時々、お子さんの様子を見て、汗をかいてないか、寒い様子はないかチェックしてあげるといいですね。寒いからと言って厚手のものを一枚着せるのではなく薄手のものを重ね着することでお子さんの様子を見ながら着せたり、脱がせたり調節をスムーズに行っていくことができます。
子どもは、大人より暑がりで、大人より早く寒さを感じます。
「汗をかく前に脱がせてあげる、体が冷え切る前に着せてあげる」等
お子さんの様子を見てお子さんに合った衣服の調整を行えるといいですね。

センター・夏の思い出

「風鈴作り」
涼しい音色に癒されました！！

「思いっきりアート体験」
大きな画板におもいっきり絵を描きました。また、今年はみんなで大きな花火を描き、夜空に大きな花火を打ち上げました！！

「夏遊びごっこ」
すいか割ごっこ・お魚釣りごっこ・ウォータープール！
色水遊びごっこ等々みんなで夏を楽しみました！！

キンダー南館子育て支援センター
山形市南館5丁目7番50号（キンダー南館こども園内）
TEL 644－2030　FAX 644－1597
URL:http//www.kinder.or.jp
E－maiL:info@kinder.or.jp
開所時間＊9:00～12:00　13:30～16:30