



旭川市地域子育て拠点事業 子育て支援センター

「ねむのき」代表 庄司 牧子

070-0030

旭川市宮下通14丁目 旭川市北彩都子ども活動センター

ASOBI~BA 和室内

TEL 090-8271-8899

<開所時間> 0~5才 AM 10:00~12:00 PM 12:45~15:45

0~1才3か月 PM 12:45~15:45

金曜日は、AM で、PM です。

※お片付けの時間はAM11:30から、PM15:30からです

### <3月の予定表>

火	水	木	金
3 ひなまつり 製作 (AM)	4	5 お楽しみ会 受付	6 お誕生会 AM PM
10	11	12	13 AM PM
17	18	19 お楽し み会 (AM)	20 春分の日の為 お休み
24	25	26	27 AM PM
31 閉所 AM 出張サロン PM 新年度の準備 の為	※身長計と体重計(赤ちゃん用)を用意して います。いつでも身体測定ができますのでお 声がけください。		



お日様が顔を出すとようやく暖かく感じる日も増えてきました。長かった冬も、もうすぐ終わりが見えてきました。4月から入園が決まったお子様もいるようです。親子の楽しい時間をねむのきでもたくさん作っていきましょう。



●3日(火)AMは、ねむのきタイム時に親子でひな祭り製作をしますので、予約の方の参加になります。宜しくお願いいたします。

●6日(金)は3月生まれのお誕生会です。ねむのきタイム時に行います。(AM11:30~PM2:30~)

どなたでも参加できますのでみなさんで祝いましょう。

●19日(木)AMは、行事「お楽しみ会」の為、予約の方の参加になります。

●31日(火)は、スタッフはAM出張サロンへ、PM新年度の準備の為、一日閉所させていただきます。お間違いないように宜しくお願いいたします。

#### <<お願い>>

- \* 風邪症状のある方や予防接種後の来所はお控えください。
- \* センターに来所した際の携帯電話の使用、写真・動画撮影・SNSへの投稿などはご遠慮ください。



#### こんな時どうする? Q&A

Q.昼夜問わず抱っこじゃないと寝ない!

A.抱っこで寝かしつけてから寝室へ。布団に寝かせると背中スイッチが発動し、その後も1~2時間おきに泣くのでママが抱っこしたまんまねんね……抱っこで寝る癖をなくすため、ウトウトしているうちに寝室へ。泣いたら「ねんねだよ」と声をかけながらトントンし、5~10分泣きやまなったら再び抱っこを。ただし、あくまで落ち着かせる程度に。最初は大変だけど、入眠は布団の上で!を徹底してみてください。(中期のひよこクラブ参照)



## 3のうた

### <おもちゃのちゃちゃちゃ>

★おもちゃのちゃちゃちゃ おもちゃのちゃちゃちゃ  
ちゃちゃちゃ おもちゃのちゃちゃちゃ

空にきらきらおほしさま みんなすやすや眠るころ  
おもちゃは箱をとびだして 踊るおもちゃの  
ちゃちゃちゃ ★くりかえし

なまりの兵隊とててた らっぱ鳴らして  
こんばんは フランス人形すてきでしょ  
花のドレスでちゃちゃちゃ ★くりかえし

今日はおもちゃのおまつりだ みんな楽しく  
歌いましょう こひつじめえめえ こねこはにゃー  
こぶたぶーすかちゃちゃちゃ ★くりかえし

空にさよならおほしさま 窓におひさまこんにちは  
おもちゃはかえるおもちゃ箱 そして眠るよ  
ちゃちゃちゃ ★くりかえし

## 2月の様子

外の様子は、雪深い日もあれば、雪解けでツルツル路面の日も・お子さん連れのお母さんたちは、外の足元の悪さに苦労されているようでした。春まであと少しですね。外出の際は十分お気をつけてください。

3日は、節分の日でねむのきにも鬼がやってきました。球をぶつけられる鬼、鬼を怖がるお子さんたち、双方必死の場面もありました。鬼を追い払い、みんな元気に過ごせますように・

20日は、ベビーマッサージ講座がありました。講師伊藤先生をお迎えして、穏やかで優しい雰囲気の中、ママのストレッチ、絵本読み聞かせ、歌を歌いながらマッサージ、盛りだくさんの内容であつという間の1時間でした。この講座が少しでも、日常生活に生かしていただければ、嬉しく思います。

