



大阪市委託事業

『つどいの広場』

ひまわり

☆☆今月のひまわり☆☆

師走を迎え、今年もあとわずかとなりました。新型コロナウイルス感染症がまた猛威を振るい出しましたね。クリスマス、年末年始と楽しい行事がたくさんあるこの時期ですが、感染症に気を付けながら楽しみたいですね。

さて、『ひまわり』では遊びに来てくれるこどもさんたちも徐々に増え、にぎやかになってきました。人数制限があるため、以前のようなたくさんのお友だちとの交流は出来ませんが、少人数でゆっくりほんわか楽しんでいます。おもちゃを貸してあげたり、貸してもらったり、見ているスタッフが子どもさんたちに癒されています。段々寒くなってきますが暖かい『ひまわり』に遊びに来てくださいね。お待ちしております。



☆ベビーダンス楽しかったよ☆

11月5日(木)に「抱っこして踊る親子セラピーダンス」を足立先生(一般社団法人日本ベビーダンス協会)のご指導のもと行いました。

1人ずつ負担の少ない、抱っこひも装着の仕方を教わり、みなさん姿勢が良くなっていました。次に

“お友だちーお名前はー♪”の歌に合わせて自己紹介をし、手遊びでスキンシップを楽しみました。お母さん方がストレッチをし、ベビーダンスの始まりです。

サンバで用いられるバウンスからいくつかのステップを練習し、曲に合わせて先生を見ながら踊りました。みなさんマスターするのが早く、先生も驚かれています。子どもさんたちは、お母さんに抱っこされ気持ち良さそうに眠っていました。

ベビーダンスはお母さんの温もりや呼吸、匂いをスキンシップしながら感じ取り、五感によるコミュニケーションは赤ちゃんに大きな安心感や満足感をもたらすと言われています。赤ちゃんがぐずった時はベビーダンスにトライしてみてください。ご機嫌になりますよ。今回、オリジナル楽曲「赤ちゃんを抱っこベビーダンス」という素敵な曲で楽しく過ごすことができました。一度聞いてみてくださいね。(裏面に参加者がポーズ!を決めた写真を載せています。)

★赤ちゃんの乾燥肌ケア★

2、3ヶ月の赤ちゃんは潤いたっぷりで、すべすべ肌なのですが、次第に皮脂量が減り(肌のバリア機能が未熟なため)水分が蒸発しやすく“乾燥肌”になりがちです。乾燥肌になると、ちょっとした刺激にも敏感になり、肌荒れもしやすくなります。冬の乾燥している季節にスキンケアを心がけましょう。

①皮膚を清潔に保ちましょう。

お風呂に入って優しく丁寧に洗いましょう。

食べこぼしなども、食後濡らしたタオルなどできれいに拭いてあげましょう。

②ローションなどで保湿しましょう。

お風呂上がり、優しくタオルで拭いた後はローションやクリームなどを全身にまんべんなく塗り、肌を保護しましょう。

③室温プラス湿度にも注意しましょう。

肌ざわりのいい衣類にして、湿度50%以上になるよう調節してあげましょう。

このほか、肌荒れがひどくなったり、発疹などが出たりしている場合は早めにお医者さんに受診してください。

◇◆ブックスタート◆◇

生後3ヶ月検診時に渡された“引換券”をお持ちいただくと

『ひまわり』で「絵本」をお渡しします。

予約が必要ですが、読み聞かせの時間もありますので、

どうぞご利用ください。

ひまわり利用曜日 & 時間のお知らせ

毎週 月～金

AM10:00～PM4:00