

尾張旭市レイモンド庄中子育て支援センターだより



11月



＊今月の詩＊

「もみじのワルツ」 もみじくみこ
あきのひかりと「せっせっせ」をして
あそんでいるうちにほつたがあかくなったの
そうしたらとおりかかったかぜが きれいだね
とほめてくれた あたしうれしくて もっともつ
とあかくなったわ あ かぜがさそってくれた
あたし おどってきますね

♪今月のわらべうた♪

「モグラモッコリショ」(つながり歩き)
も〜ぐら モックリしょ
きねもって どっこいしょ ＊くりかえし

★『あさぴー子育て応援ナビ』登録を！
<https://owariasahi.city-hc.jp/>



Google Play



Apple Store

【マミーブレイン～産後のぼんやり】(「中日新聞」7月1日(水)朝刊より)

産後に集中力が低下したり、物忘れがひどくなったりすることを指す言葉として近年、交流サイト(SNS)などで使われています。例としては、スーパーで買うべきものを忘れたり、家の中で何を探していたかを忘れたり。ネットで言葉を知り、「多くの人になるものなんだなと思ったら安心した」という方もいます。医学的にはマミーブレインという診断名はありません。産後は睡眠不足が重なり、疲労感がある状態が続きます。対処法は症状が出た時にメモ、家族らの助けを借りて負担軽減、家事・育児を一つずつこなすなど。症状悪化の時は、産婦人科受診も視野に入れていきましょう。

- ★『リユースBOX』(洋服、用品再利用)を設置。ご利用ください。開所中園庭開放しています。帽子持参で。
- ★『身体測定』は、いつでもできます。お問い合わせ(080-9804-3477)午前9時30分～午後3時30分
- ★『れもんライブラリー』開催中！絵本や育児書など1家族3冊、1カ月まで借りられます。ふれあいましょう。

11月のおたのしみ

☆開所時間：月～金曜日午前9:30～午後3:30(祝日・年末年始は除く)

月	火	水	木	金	土	日
						1
2 職員健診のため 午前 X 12 時～〇	3 おやすみ 文化の日	4 茶道のため 10～15 時×	5 わらべうた ベビーマッサージ	6	7	8
9	10 わらべうた ベビーマッサージ	11 『れもん一つ』 音楽コンサート	12 わらべうた ベビーマッサージ	13 説田先生 お話し会	14	15
16	17 わらべうた ベビーマッサージ	18 お話し会	19 わらべうた ベビーマッサージ	20 お話し会	21	22
23 おやすみ 勤労感謝の日	24 茶道のため 10～15 時×	25 保健師相談	26 わらべうた ベビーマッサージ	27 お話し会	28	29
30						

『説田先生お話し会』(未就園児) 午前10時～…名経短大の先生と絵本や紙芝居のお楽しみ＆育児相談

『わらべうたベビーマッサージ』(歩く前まで) ①午前9時45分～②午前11時～

＊敷物(バスタオルなど)持参してください。おにいさん、おねえさんも一緒に来所OKです。

『お話し会』(未就園児) 午前11時00分～

『保健師相談日』(未就園児) 午前10時～：地域の保健師さんとお話・質問できます。次回は11月25日(水)

☎『れもん一つ』午前10時50分～11時20分：名経短大講師の方、学生によるフルートコンサート(要申し込み) ☎