



すももだよい



まどか保育園 一時保育
 さいたま市中央区円阿弥7-10-9
 TEL/FAX 048-851-6123
 HPアドレス [http:// madoka.carrots.jp](http://madoka.carrots.jp)

吹き抜ける風が冷たくなり、寒さを感じる今日この頃。クリスマスにお正月と、年末年始に向けて楽しい行事が続きますね。12月も楽しく過ごしていきたいと思います。

今月の予定

2日(土) 子育てリトミック
 9日(土) 子育てキッズダンス
 23日(土) 子育て講演会
 「マリリンマジックショー」
 29日(金)～1月3日(水)
 年末年始休園日

活動内容

- ・外で元気よく遊ぼう！
園庭遊び
- ・お部屋でのびのび過ごそう！
電車・車遊び、スカーフ遊びなど
- ・作ってみよう！
クリスマス製作

寝かしつけのコツ

お子さんの寝かしつけは、苦戦しているご家庭も多く、なかなか寝てくれないで困っているなどの声も聞かれ、悩みの種となることが多いのではないのでしょうか。そこで、寝かしつけのコツをご紹介します。

◎心地よいリズムでトントンする…上半身を心音に合わせてトントンしたり、少し早目のリズムでトントンしたりし、子どもがウトウトし始めたらゆっくりめのリズムにしていくなど、子どもの様子を見ながら行っていく。

◎なでなで・マッサージなどのスキンシップ…頭や眉間、背中、耳の後ろなどをなでなですると寝る子どもが多い。マッサージは、手や足をニギニギしたりふくらはぎをマッサージしてあげたりすると良い。

◎音楽をかけたり子守歌をうたったりする…オルゴールの音楽などゆったりとした音楽をかけたり、子守歌を優しく口ずさんだりする方法も効果的。寝る時に毎日同じ音楽や歌を聞かせることで、「今から寝る時間なんだ」という認識がもてる。

◎おんぶや抱っこをして歩く…歩く際は、いろいろな場所を歩くのではなく、歩くコースを決めてゆったりと歩く。いろいろな場所を歩いてしまうと、子どもの好奇心を刺激してしまい、逆に寝つかなくなってしまう。

すももぐみの好きな絵本！！



♪どんないろがすき 「あか」～♪と、歌をうたいながら読める絵本です。繰り返しの歌詞とリズムで覚えやすく、子どもたちは「もう一回読んで！」と言って、何度も歌って楽しんでます！色にも興味をもったり、赤色は消防車など、色と物の繋がりも自然と覚えたりして喜んで見えています！



手遊び歌のお話で、うさぎさんがお弁当箱を持ちながら♪これくらいのおべんとうばこに～♪と歌いながら歩いていると、おにぎり、にんじん、さくらんぼ…とおかずたちが、次々にお弁当箱に集まってきました。最後のページは、おいしそうなお弁当のおかずを、子どもたちと食べる真似をして楽しんで見えています！