



## エンゼル式子育てカレンダー

<8月>

紙おむつに、  
ティッシュ1枚。  
厚〜い愛情。

最近の紙おむつは、どんどん進化しています。そのため、濡れていても、子どもは気づかないことも。でも、「濡れている＝気持ち悪い」という基礎的な感覚を鈍らせてしまうことは、将来さまざまな病の素になります。だから、紙おむつにはティッシュを1枚敷いてあげて下さい。その1枚が、子どもの体と心の感性の健康を守ります。  
市川 由貴子

7月号にも多少載せましたが、夏本番ということでトイレトレーニングについて今一度考えてみたいと思います。

トイレトレーニングは、0才から始まっています。

よくいうトイレトレーニングは「パンツに移行していく」時期のこと。実はトイレトレーニングは「快」「不快」を感じることやパンツやズボンを脱いだりはいたりすることも含まれます。ですから、トイレトレーニングはすべて完了するのは4歳半以降だと言われています。

(おねしょも含んだらもっとですね)  
「わあ〜先が長くて大変・・・。」と思った方、ずっとやることが多いわけではありません。何かのついでに、また、今よりちょっと多めを心掛けるだけで良いと思います。「ちょっと」をやってみて下さい。



もし、イヤイヤ期と重なって、トイレトレーニングがうまく進まない場合は「できたらシール作戦」や「みんなで一緒に作戦」をしながら何が嫌なのかを探ってみましょう。

お子さんがおしっこに関してマイナスなイメージを持ってしまったり進みにくくなります。おもらしをしたり、トイレに行かなかったり、色々困ることもあると思いますが、「叱らず、慌てず、あせらない」をモットーに臨んでいくと良いと思います。

\*もっと詳しく知りたい方、相談したい方はお気軽に職員までお声をかけて下さい。

### ◎パンツにする前に、お父さん、お母さんがすること

- \*オムツをこまめに替えましょう。(最低でも2時間に1回は)  
「濡れている」「不快」を感じられるのは、「濡れていない」「心地よい」ことを知っているから。気持ちの良い状態を作ってあげて下さい。(これは0才も行なうと良いですよ)
- \*お子さんのおしっこの間隔を確認しましょう。  
お母さんがおしっこの間隔がどのくらいなのか、一定になってきたのか、なっていないのかを知っている事で、お子さんにどうしていくことがよいかわかりやすくなります。
- \*トイレに興味を持てる環境を作りましょう。  
お父さんお母さんがトイレに行く時に一緒に行く、ぬいぐるみなどを子どもに見立ててトイレに座らせてみる、絵本などの読み聞かせなど、トイレに興味をもつきっかけを作っていきます。
- \*お子さんにおしっこを教えていきましょう。  
赤ちゃんでも、おむつ替えの時に「おしっこ出ていたね。気持ちよくしようね」等声をかけてみてください。  
五感で知らせていきましょう。音、におい、目で見る等・・・。

8月といえば・・・  
「夏のレジャー」

海に山に・・・とレジャーを楽しみたい季節ですが、お家でも楽しめます！お家で作れる夏っぽい？！手作りおもちゃを紹介します。



### \*プール遊びの手作りおもちゃ

☆スポンジくん：準備物 バス用スポンジ、ロープひも セロテープ、千枚通し

①ロープひもをスポンジに通します。(左図のように千枚通しを使うとやりやすいです) ②ロープひもの両端を2回玉結びをして、スポンジくんの手を作ります。③顔をマジックで描きます。

### ☆スポンジボール

準備物 研磨剤のないスポンジ、たこ糸  
①スポンジを棒状に切ります。②真ん中をたこ糸で結びます。

### \*片栗粉スライム

【材料】片栗粉 100g、水 50~100ml (あれば食紅)

【用意する物】 ボール、カップ、スプーン

【作り方】 ボールに片栗粉を入れ、少しずつ水を混ぜます。

水が少ないと粘土のようになり、水を多くしていくとスライムのようにとろっとします。

あれば、食紅を入れると、混ぜて、色遊びにもなります。

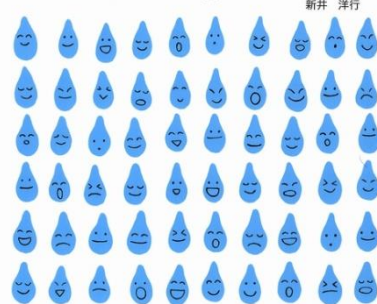
【片付け方】 しばらく置いておくと、水と片栗粉に分離するので、水だけ流しに捨て、残った片栗粉は生ごみで捨てます。

\*ビニールプールの中で行なうと、汚れも気にならずにできます。プールの中で滑らないように気を付けて楽しんで下さいね！

お気に入りの作ろう！  
～絵本～

夏にぴったりの絵本をご紹介します。擬音を楽しむ本とメルヘンな世界を楽しむ本です。

### みず ちんぼん



### 「みず ちんぼん」

作 新井洋行  
童心社

子どもの身近にある「水」が主人公の絵本です。水のいろいろな表情や勢いや清涼感が味わえます。暑い夏にちょっとでも涼しい気分になれる本です。擬音なので、お子さんもつい一緒に声が出るかも？！



### 「めっきらもっきらどおんどん」

作 長谷川摂子  
絵 ふりやなな  
福音館書店

お話としては長いのですが、肝試しのわくわく感を体験しているようで引き込まれるお話です。読んでいるお父さんお母さんのほうが楽しんでしまうかも？！

## エンゼルステーション保育園

地域子育て支援センター ほしのこらんど

〒284-0005 四街道市四街道1-13-1

☎043-424-3327 Fax043-424-3357





## 《8月 カレンダー》

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1
					2
3	4 キッズ (制作あそび)	5 グループ	6 ベビーひろば (夏まつり)	7 グループ	8
9	10	11	12	13	14
8/10 (月) ~ 8/15 (土) はお休みです。					
17	18 キッズ (制作あそび)	19 グループ	20 ベビー (座談会)	21 グループ	22
23	24	25 キッズ (座談会)	26 グループ	27 ベビー (親子制作)	28
29	30	31			

\* 場合によっては変更もありますのでご了承下さい。

## 《9月 カレンダー》

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30
31					

### お願い

お電話での支援センターのお問い合わせ、ご予約は・・・  
9:00~17:00  
をお願いいたします。

### キッズくらの予定

8/4 (火) 制作「アンパンマンのうちわ作り」

8/18 (火) えのぐ制作「かき氷」

うちわ作りはのり、かき氷はたんぽで制作します。

8/25 (火)

講座&座談会「お子さんの“食べない” “食べ過ぎ”」

好き嫌いや遊び食べ、イヤイヤなどで食べない、丸飲み、早食い、いくらでも食べる…等食についてお子さんの対応が大変だという声があがりました。皆さんはどうしていますか？

「我が家の大変」「対策」を聞いてみませんか？

### ベビーくらの予定

8/20 (木) 講座&座談会「卒乳」

「卒乳」はお母さんにとって、大きな関心事の一つだと思います。卒乳っていつくらいにするの？どうやるの？こんなことを迷ってます…などを聞いてみませんか？



8/27 (木) 親子制作「お化けちゃん」

お子さんの手形をおばけちゃんの手にします。おばけちゃんの顔はママがパーツを貼ります。親子で作るおばけちゃん！どんなおばけちゃんになるかな？

### 子育て情報

### 「熱中症に注意！」



### 《熱中症にならないために》

#### 1.水分を多めにとろう

新陳代謝が活発なため、汗や尿として体から出ていく水分が多く、脱水を起こしやすい体です。水分を多く含む食事や、定期的な水分補給を心がけましょう。

#### 2.熱や日ざしから守ろう

自律神経の働きが未熟で、放熱や発汗による体温調節がうまくできません。熱のこもらない素材や薄い色の衣服を選んだり、日光を遮る帽子などを身につけたりさせましょう。

#### 3.地面の熱に気をつけよう

背が低かったり、ベビーカーの利用などで大人よりも地面に近い環境で過ごすことが多く、地表からの熱を受けやすくなります。子どもの高さの気温や湿度を気かけましょう。

#### 4.暑い環境に置き去りにしないようにしましょう

乳幼児は自分の力で移動することができないので、「寝ているから」「ちょっとの間だから」と放置することは危険です。特に、車内に置き去りにすることは絶対にやめましょう。

#### 5.室内あそびも油断しないようにしましょう

日差しがない屋内では大丈夫だろうと油断しがちです。屋外と同じ対策を意識しましょう。

#### 6.周りの大人が気にかけて

暑さや体の不調を、まだ自分の言葉で十分に訴えることができないため、服装や摂取するものによる暑さ調節がうまくできません。汗や体温、顔色や泣き方など、赤ちゃん・子どもの様子を、まわりの大人が気にかけてください。

#### 7.外で夢中になりすぎない

遊びに夢中になると、のどの渇きや気分の悪さなどの熱中症のサインに気づくのが遅くなります。子どもや特に乳幼児が遊びに夢中な場合には、大人が見守り休憩や水分補給をすすめましょう。

顔の皮膚が赤く熱い

おしっこが出なくなる

泣き声に元気がない

顔色が悪く、脈が弱い

意識が朦朧としている

熱中症の疑いがある症状とサインは？



### 応急処置のポイント

①涼しい場所に移動し、あおむけに寝かせる。

②体を冷やす。

服をゆるめ、保冷剤やタオルで首・わきの下・太ももの付け根など太い血管の部分で冷やす。肌を水でかけたり、ぬれタオルなどで拭き、うちわ等で仰ぐ。

③水分をとる

脱水の治療としては経口補水液がおすすめです。

### 今年は「熱中症予防×コロナ感染予防」

今年はコロナウイルスの拡大防止のため、大人はマスクをする方が多いですね。マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなったり、気が付かないうちに脱水になるなど、体温調節がしづらくなってしまいます。お父様お母様は、暑さを避け、水分をとるなどの「熱中症予防」と、マスク、換気などの「新しい生活様式」を両立させましょう。そして、「3トル」を心がけていきましょう。【「3トル」⇒①距離を取る②距離が取れたら、マスクを取る③水分を取る】

乳幼児については、熱中症予防は上記の通りです。コロナ予防対策は大人と同じようにマスクを取り入れることは危険性もありますね。自ら息苦しさや体調不良を訴えることが難しく、自分でマスクを外すことも困難です。また、正しくマスクを着用することが難しいため、感染の広がりを予防する効果はあまり期待できません。コロナ感染対策は「暑さ指数(WBGT)」(環境庁熱中症予防情報サイト)も参考にしながら、手洗い・集団との3密を避けソーシャルディスタンスを保ち、お子さんの体調に変化がないかを、引き続き観察していきましょう。