



子育ては、ゆっくり、らくに、らぶ(愛情)をもって!

第4号 2015年 7月

子育て ゆ・ら・ら

発行/公益社団法人 北九州市私立保育園連盟
発行人/橋原 淳信
編集/広報委員会
〒805-0019 福岡県北九州市八幡東区
中央2-1-1レインボープラザ5F
TEL: 093-661-2153
FAX: 093-661-2163

0歳

ママの抱っこは
いい気持ち!



1歳

動くものが
好きだよ!



2歳

自分でするよ!



3歳

お箸を
使いたいな!



4歳

汚れたから
着替えよう!



5歳

おいしいトマトに
な〜れ!



イラスト: 中野安芸子 (篠崎保育園)

子育ては、楽しいこともたくさんありますが
不安や心配も多いですね。



- 乳児期には、肌を離さず
- 幼児期には、手を離さず
- 学童期には、目を離さず
- 思春期には、心を離さず

子どもと一緒に過ごせるこの時期を大切にしたいですね。

子育てしていく中で
「これでいいのかな?」「どうしたらいいのかな?」
と悩む事があれば気軽にご相談ください。
専門の保育士がご相談に対応しています。

子育て電話相談

時間: 午前10時~午後4時まで
TEL/093-511-1085

3歳の特徴



けんかもするけど、おともだちといっしょがすき!

ひとりでもできるもん!



遊びが楽しくて何でも真似をしたり、お友達のことが気になったりします。また、「どうして?」「なんで?」という言葉も増えてきますので、面倒がらず受け止めて会話を楽しみましょう。

どうして水分補給が大切なのでしょう?

私たちの体の65~70%は水分です。この水分は、汗をかいて、体温調節をしたり、血液や細胞に重要な働きをしたりしています。

大量に汗をかく夏場や運動中は適度な水分補給をしないと、熱中症などを引き起こすこともあります。

でも、**甘い清涼飲料の飲みすぎには注意!!**



500ml入りのペットボトルには思わぬ量の糖分

※糖分量は一例です。



炭酸飲料

1袋3gが
約18袋分



果実系飲料

1袋3gが
約18袋分



スポーツ飲料

1袋3gが
約11袋分



乳飲料

1袋3gが
約19袋分



水分補給は水や麦茶、牛乳などを中心にして、甘い飲み物を飲むときは量を決めたり、コップに入れたりして少量を飲むようにしましょう。





予 防 接 種

子どもが元気に育つ為には、予防が大切です。その第一が予防接種、第二が手洗い・うがいです。下記の接種は無料です。かかりつけ医と相談しながら計画的に受けましょう。



種類			接種対象年齢 (接種の望ましい年齢)	接種回数と間隔
□BCG			生後0カ月～11カ月 (生後5カ月～7カ月)	1回
□ヒブ (インフルエンザ菌b型)			生後2カ月～4歳 (初回を生後2カ月～6カ月)	4回 (接種開始年齢により回数が変わります)
□小児用肺炎球菌			生後2カ月～4歳 (初回を生後2カ月～6カ月)	4回 (接種開始年齢により回数が変わります)
□四種混合 (ジフテリア・破傷風・ 百日咳・ポリオ)	1期	初回	生後3カ月～7歳未満 (生後3カ月～11カ月)	3回 (20日～56日間隔で接種)
		追加	生後3カ月～7歳未満	1回 (初回終了後12カ月～17カ月)
□水痘			1歳～2歳	2回 (3カ月以上の間隔で接種)
□麻しん (はしか) 風しん	1期		1歳	1回
	2期		小学校就学前の1年間 (年長児)	1回
□日本脳炎	1期	初回	生後6カ月～7歳未満 (3歳)	2回 (6日～28日間隔で接種)
		追加	生後6カ月～7歳未満 (4歳)	1回
	2期		9歳～12歳 (9歳)	1回
□二種混合 (ジフテリア・破傷風)			11歳～12歳 (11歳)	1回

北九州市の認可保育(園)所で行っている

各区でのイベント情報



第30回 出前育児教室

戸畑区

未来につなごう家族の絆

日時 9月5日(土) 13:00~15:00

場所 ウェルとばた
戸畑区汐井町1-6

内容 講演 北九州市保育士会
藤岡 佐規子 名誉会長
うた遊び「まあ先生と遊ぼう」
講師 菊地 政隆 先生

保育まつり開催日程

小倉北区

日時 7月11日(土) 10:00~11:30

場所 アシスト21(総合福祉センター)2階
小倉北区馬借1-7-1

内容 親子で楽しもう「人形劇」

小倉南区

日時 8月29日(土) 11:00~13:00

場所 サンリブシティ小倉1F・グリーンプラザ
小倉南区上葛原2-14-1

内容 「作って遊ぼう」「絵本の読み聞かせ」

八幡東区

日時 10月17日(土) 11:00~12:00

場所 レインボープラザ・地下レインボーホール
八幡東区中央2-1-1

内容 「親子であそぼう」

若松区

日時 10月17日(土) 10:00~14:00

場所 響灘緑地(グリーンパーク)大芝生広場
若松区大字竹並1006

内容 「一緒に遊ぼう」「作って遊ぼう」

八幡西区

日時 10月27日(火) 10:00~11:30

場所 八幡西区 37認可保育園(所)
各保育園(所)にお問い合わせください。

内容 「いっしょにあそぼう」

今回「おでかけスポット」はお休みです。次回は、門司区を予定しています。