



ぽけっと・だより 3月号

佐賀市子育て支援センター「ゆめ・ぽけっと」 2019. 3. 1



〒840-0826佐賀市白山2丁目7番1号 Tel:0952-40-7287 FAX:28-2911

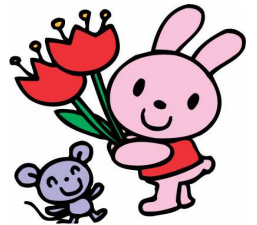
「4月から入園なんですよ」という声がたくさんきかれるこの頃。家庭から集団の生活に入るとい事で保護者の方々も「心の準備」と「物の準備」の話題が多くなりました。

「心の準備」について書きますね。

赤ちゃんは胎児から明るい世界へ移っていく時に、まだまだ慣れていないのでよく泣きます。それは「地球のリズム」にまだ慣れていないのが原因です。

朝は明るく夜は暗くという刺激を与え続けることで、脳が育ち、心と体の土台が育っていきます。

入園の前にも、朝の光を浴びて目覚め、朝食で力をつけ、遊び、一日の終わりに暗くなったら眠るという生活リズムをつけることが一番大切だと思います。



知っていますか？ スマートフォンが子どもに与える影響

日常生活には便利で、無くてはならないスマートフォンですが、小さい頃から大人と同じように使っている状況を見かけることがあります。

スマートフォンで遊んでいる時は、子どもはおとなしいので、つい与えてしまいがちです。

しかし、幼児期に長時間テレビやゲームに接していると、タブレット画面に夢中になって動きが鈍くなり、心身の発達にも影響が考えられますので、子どもの発達の時期に応じた遊びを優先するようにしましょう。

また、夜にタブレットを使うと脳が興奮し、睡眠時間にずれが生じ、十分に睡眠がとれず、成長ホルモンが十分に分泌されないため、成長・発達にも影響が出ることもあります。

スマートフォンで遊ばせるときには、①大人と一緒に ②なるべく短い時間で ③夜は使わせないなどに気をつけましょう。

【ゆめ・ぽけっとからのおねがい】

ゆめ・ぽけっと館内でのスマートフォンの使用は、できるだけ控えていただきますようお願いいたします。子どもたちから目が離れがちになり、ケガなどにつながるおそれがあります。

また、写真撮影をされる場合には、他の来館者が写らないようにするなどご注意ください。

お知らせ

子育て支援センター「ゆめ・ぽけっと」と子育てサポートセンター「ふるはあと」は
平成31年4月1日から休館日及び利用時間に変更になります。

【休館日】毎週日曜日・国民の祝日（土曜日を除く）・年末年始

【利用時間】午前10時～午後5時

皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

★2月に『ゆめ・ぽけっと来館者アンケート』を実施しました。
ご協力ありがとうございました。



ゆめ・ぽけっと 3月の予定



日	月	火	水	木	金	土
☆印の講座は、事前予約が必要です 8日(金)ママの手は魔法の手 					1 ☆印講座受付	2
			公民館へ支援に行く日です 			
3	4	5 休館日	6 ぽけっとタイム 14:00~ 神野ほっとサロン 	7 北っこスマイル 	8 ☆ママの手は魔法の手 10:30~	9
10	11	12 休館日	13 ぽけっとタイム 14:00~ 赤松子育てサロン 	14	15 栄養相談 13:30~15:00	16
17	18	19 休館日	20 ぽけっとタイム 14:00~	21 休館日 (春分の日)	22	23
24 31	25	26 休館日	27 ぽけっとタイム 14:00~	28	29	30

3・4月の講座申し込みについて

講座名	講座の内容	申し込み開始日・方法
3/8(金) ☆ママの手は魔法の手	助産師による赤ちゃんとのふれあい講座です	3/1(金) 10:00~TEL・来館受付
3/15(金) 栄養相談日	保育幼稚園課栄養士による相談日です	当日受付・スタッフに申し出下さい
4/19(金) 栄養相談日	保育幼稚園課栄養士による相談日です	当日受付・スタッフにお申し出下さい
4/21(日) ☆プレママ&パパサロン	初めて出産されるご夫婦対象の講座です ※多目的室のみ開館(ひろばは休館です)	4/1(月) 10:00~TEL・来館受付

♪ぽけっとタイム♪

《毎週水曜日の14:00頃~》

『ぽけっとタイム』では、「ふれあいあそび」「パネルシアター」「わくわくシアター」など季節感あふれるお話やふれあい遊びなどを行っています。

《ご注意》

※春休み期間の4月1日(月)より新学年での対応となります。
新1年生も小学生扱いとなり、ひろばへの入館利用はできませんので
あらかじめご了承ください。

