

みんなで子育て



石垣市子育て支援センター

こっこーま

令和6年9月発行 No293

〒907-0022

石垣市大川 70 大川保育所 2F

TEL(FAX 兼)0980-88-5219

子育て支援センターは
妊娠中から育児中のご家
族の子育てを応援します。



こっこーまは、主に家庭で子育てしているお母さんたちが集まり、
情報交換したり、お子さんと一緒にみんなで楽しくあそべる交流の場
です。お父さん、おじいちゃん、おばあちゃん、もうすぐママになる
方もお気軽にご利用ください。

利用案内

【午前の部】 月曜日～金曜日	9:00～12:00 0～5歳児の親子
【午後の部】 月曜日・水曜日・金曜日	14:00～16:00 0～2歳児の親子のみ
☆火曜日・木曜日の午後は、サークル支援、育児相談等 のため一般の利用はお休みです。 ○園庭開放(保護者同伴)…午前10時～11時 ○相談事業……………午前10時～午後4時 ○休業日…土、日曜日・祝祭日・年末年始・慰霊の日 ♡妊婦さんもお待ちしています♡	

子育て支援センター利用の心得

- 同伴するお子さんの安全面への配慮は忘れずにしましょう。
- お子さんが体調不良時や、感染症になった場合は、ご利用を控えて
頂きます。(水ぼうそう・とびひ・おたふく・手足口病・感染性胃
腸炎・結膜炎・麻疹・インフルエンザなど)
- 飲み物、着替え、手拭き、ビニール袋などは、各自持参しましょう。
- 室内での水分補給以外の食事はお控えください。

お誕生会♡



室内あそび♪

9月の予定

- 5日(木) 身体測定(希望者)
- 9日(月) 育児講座※要申し込み 午前10:00
- 11日(水) 敬老の日プレゼント作り 午前・午後
※要申し込み
- 19日(木) 誕生会 午前10:45
- 24日(火) 育児講座 午前10:00
※要申し込み
- 25日(水) 絵本の読み聞かせ 午前11:00
- 27日(金) ベビーマッサージ 午後2:30
※要申し込み



3施設合同育児講座 ☆参加者感想☆

「ゆずりん親子ふれあいコンサート」

- ・はじめからおわりまで、和やかな楽しい雰囲気、ゆ
ずりんの歌声に癒されました。
- ・体を動かしたりうたったり、子どもも大人もとても
楽しかったです。ありがとうございました。
- ・素敵な演奏が聴けて、すごくうれしかったです。貴重
な体験ができました。

絵本の読み聞かせ

9月25日(水)

午前11:00～11:30

講師: 川平栄子氏

費用: 無料



誕生会

9月19日(木)

午前10:45～11:30

*参加する8月生まれのお
子さんは13日までに申し込
み下さい。※5組まで
費用:(色紙・写真代¥250)



ベビーマッサージ

9月27日(金)

午後2:30～3:00

対象: 12ヶ月までのお子さん

持ち物: バスタオル

講師: 宮地春奈氏 費用: 無料

定員: 10組※要申し込み



育児講座 歯と口の健康講座

日時：9月9日（月）10：00～11：30

講師：沖縄県歯科衛生士会八重山支部歯科衛生士
前盛 弥生氏・大濱 佳織氏
高木 末子氏

定員：10組 要申し込み

育児講座

「安心・簡単・美味しい

シークァーサー発酵シロップ作り」

日時：9月24日（火）10：00～12：00

場所：かびらこども園かびら支援室

講師：川崎 文香氏（ぬちぐすい診療所）

材料費：¥300

定員 15組 ※要申し込み

※はじめて参加される方が優先となります。

※こっこーまとかびら支援室合同の育児講座です。

絵本の貸し出しを行っています

好きな絵本を何度も借りて

絵本の世界をご家庭でも…♪

- ・貸出簿への記入をお願いします。
- ・1人2冊です。※貸出期間2週間

敬老の日プレゼント作り

日時：9月11日（水） 午前・午後

- ①午前 9時～10時30 5組
- ②午前 10時30～12時 5組
- ③午後 2時～4時 7組

材料費：¥100 要申し込み

☆お子さんの写真を
持ってきて下さいね。

おすすめ絵本♪

0さいから

「だれかさんのぼうし」

*作・絵 あかいし ゆみ
*出版社 教育画劇 880円

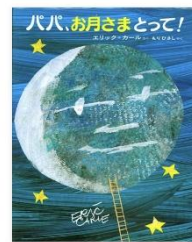


ぼうしぼうし、だーれのぼうし？はいはい！って手をあげたのは？
何度ひらいても楽しい、あてっこえほん。
いろんなぼうしがでできますよ♪

3さいから

「パパ、お月さまとって」

*作・絵 エリック・カール
*出版社 偕成社 1,780円



「お月さまをとって！」と娘にせがまれたお父さんが、長い長いはしごをかけて月を取りに行くという優しさにあふれた絵本です。

子育てのポイント 子育て悩みQ&A

*支援センターでは1歳未満のお子さん連れの方の利用も増えてきています。そこで今月は赤ちゃんのからだについての素朴な疑問について掲載します。参考にしてくださいね。お話し：坂本昌彦先生（小児科医）

Q 赤ちゃんはなぜギャン泣き・寝る・ギャン泣き…を繰り返すの？（生後2ヵ月）

A 睡眠サイクルが不安定な事と関係しています。

一般的に、赤ちゃんは生後3ヵ月頃に昼夜のリズムがつくようになり、生後6ヵ月頃に睡眠と覚醒の区別が明確になると言われています。また、乳児期は睡眠の浅いレム睡眠が大人より多く、2歳くらいにかけて減少します。睡眠サイクルが安定するまでは泣いて寝て、泣いて寝て…を繰り返すことがありますが、過渡期であり、多くの夜泣きは2歳の誕生日を過ぎるころには落ち着きます。

Q 1日に10回以上おならをするのですが…（生後2ヵ月）

A 授乳時に飲み込んだ空気を出しているだけ、排便回数や便の色もチェックしてみて

赤ちゃんはミルクや母乳を飲むときに空気も一緒に飲み込んでいます。飲み込んだ空気はゲップとして出ることもあれば、おならとしてからだの外に出ることもあります。排便が普段通りで検診などで体重の増えぐあいを指摘されていないなら、気にしないでいいでしょう。

Q 平熱が低い赤ちゃんは何度から発熱？（生後6ヵ月）

A 平熱よりも1度高い または37.5度以上を「発熱」と考えます。

ただし、たとえば平熱が35度台後半の赤ちゃんが36度台後半ならすぐさま病気というわけでもありません。受診は、ぐったりしていないか、水分はとれているか、鼻水やせきなど他の症状があるかなど、全身状態も確認して判断しましょう。迷ったときは「#8000（こども医療電話相談）」に相談してもいいでしょう。

