



知りたかったこと みつけたっ!

みっけ通信 2月号



入園・入学・・・4月からの新生活にむけて

保育園や幼稚園・小学校の入園・入学はワクワクしますが、気になることもありますね。通う道はどんな道?朝は起きられる?何かしておく方が良いの?と考える方もいます。今から出来るちょっとしたことをいくつか紹介します。

- ★早起きの練習・・・起きる時間に声をかけ、カーテンを開けて部屋を明るくします。
- ★昼食の時間・・・保育園のお昼は11:30頃。少し早めの時間にママと一緒に。
- ★入眠儀式を決めてみる・・・寝る時間も少し早めにして約束を作ってみましょう。本を1冊読んだら寝る、口をくちゅくちゅウガイしてから寝るなど。
- ★通園・通学路・・・お子さんと一緒に歩いてみましょう。親子で自転車に乗る方は練習をしてみましょう。交通量多い・見通しが悪い・水が溜まりそうなど危険箇所に気付いたら教えてあげてください。



子どもを自転車に同乗させる時は、正しく乗車させないとバランスを崩しやすく危険です

2人乗りの場合の交通ルール

- ・おんぶは4歳未満まで。抱っこは禁止!おんぶひも等で確実に背負いましょう。
- ・幼児用座席がある場合は小学校入学前の子どもを座席に乗せることができます。

3人乗りの場合の交通ルール

- ・幼児二人同乗用自転車を利用しましょう。
- ・幼児用座席がある場合は、小学校入学前の子どもを乗せることができます。

ヘルメットの着用も忘れずに!

本格的に乗り始める前に練習をしておきましょう



幼児用座席を
チェック

自転車用幼児用座席には製品ごとに体重の上限や目安身長が定められています。使用前に必ず確認して下さい。
※前部の幼児用座席の使用年齢はSG基準で4歳未満と定められています。



そうか子育て応援・情報サイト「ほっくるん」

★草加市内のこども向けイベント情報や保育園・幼稚園のことや制度など子育ての情報がたくさんあるよ。みてね★

ほっくるん



市内の子育て情報を紹介しています。みっけ(子育て支援センター)、プチみっけ(市役所3F)にも気軽にお立ち寄りください。

野菜が嫌い・ご飯を食べない・・・

子育て支援コーディネーターの
子育てちょこっとヒント



お子さんの食事は、量や好き嫌い、時間がかかるなど気になることが多いですね。嫌い・苦手な物は、少量から始めることが大切。大きさも細かく小さくして、スープやハンバーグに混ぜることから段々と見えるようにして慣れさせると良いかも。形をハートや星にしたり、家族と一緒に食事をして、大人が美味しそうに食べていると興味を持つかも。少しでも食べられたら褒めるを心がけて。

「早く!」「食べないと遊ばせないよ!」と無理に食べさせようとすると、食事の時間が嫌になることもあります。「仕方ないな〜」とあきらめてお子さんのペースに付き合うことがあっても良いかも。食事で量や栄養が足りない時は、おやつをおにぎりやお芋、ヨーグルトやチーズにしてみる、苦手なものとは違う食材で栄養を補うと考えられるとママにもゆとりが出来ますね。保健センターでは、未就学児の食事の相談も行っています。困った時は、電話をしてみてください。



草加市保健センター:048-922-0200



ほっくるんサイトの「子育てコンパス」も読んでみてね。食事のこと以外にも子育てのヒントが見つかるかも。

子育てコンパス>幼児の食事



★草加市子育て応援隊活動PRイベントを知っていますか★

ほっくるん事務局に登録している市内の子育て世帯を支援する「草加市子育て応援隊」の活動を紹介するイベントです。ぜひご参加ください!

開催場所 ①草加市子育て支援センター (*毎月1回第2金曜日)

②そうかマルイ6階こども広場 (*毎月2回) *変更する場合があります