



令和6年度 8月 どんぐりっこ 土佐清水市子育て支援センター



お父さん先生講座 リトミック教室



どんぐりっこを卒業したお父さん、宮本茂樹さんに来ていただきました。リトミックはリズム感や音感を育て、親子のスキンシップにも良いそうです。ふれあい遊びや、カスタネットやカードを使ったリズム遊びをした後、しゃぼん玉を見せてもらいました。

優しくお母さんに体を触ってもらい、子供たちも喜んでいました。

【参加者の声】

- 子どもも喜びそうなリズム遊びで大人も楽しめた。これから家でやってみたいと思う。しゃぼん玉もすごかった。またこの講座にきてみたい。
- 知らない手遊びを知れて楽しかったです。
- 清水にはリトミックを体験できる教室等がないので、ぜひいろんなところでやっていただきたいと思いました。親子で楽しませてもらいました。
- 子どもとのふれあい遊びの時間をもっとしていこうと思います。しゃぼん玉きれいでした。



睡眠セミナー

上級睡眠健康指導士、木下理恵先生をお招きして「脳と心と身体の発達のための睡眠」という演題で睡眠セミナーを行いました。快適な睡眠の条件や睡眠時間、電子機器（スマホやゲームなど）依存症について、スクリーンを使って分かりやすく話をしてくださいました。



【参加者の声】

- 生まれた時からの生活リズムが大切ですね。子どもの為に親が頑張らないといけないなぁと改めて思いました。
- 少し耳が痛くなるようなお話でしたが、とっても大切な内容だったので、これからも、より良い睡眠の為に努力したいと思います。
- 子どもの睡眠時間を意識して生活できるようにしていきたい。大きくなってからも気をつけていけるので話を聞いて良かった。



夏の手作りおもちゃを
作ろう



かわいい、おもちゃ
が完成しました。

ペットボトルを使って水遊びなどに使えるおもちゃを作りました。カラーマジックやビニールテープなどで模様を作り、参加者同士で話をしたり、楽しみながら作っていました。



子どもたちも、「何を作っているのかな？」とお母さんたちが作るのをのぞいていました。

【参加者の声】

- 簡単にかわいいおもちゃが出来ました。夏にぴったりで、家でたくさん遊ぼうと思います。
- ペットボトルの形を丸めるのは難しかったけど、短時間でつくれて楽しかったです。
- お風呂や砂場で使おうと思います。



お誕生日会

のはらうさぎさんに来ていただいて、誕生日会をしました。パネルシアターや手遊び・絵本の読み聞かせなどをしていただきました。



お母さんと一緒に前に出て、自己紹介をしました。

のはらうさぎさんの楽しい表情や歌声に、大人も子どもも笑顔が溢れていました。