



にこにこだより

蒸し暑さはまだ続き、日によって気温差がありますね。体調管理に気を付けて過ごしましょう。

令和8年 9月16日
千葉市地域子育て支援センター
にこにこルーム
TEL/FAX
043(241) 8599

今年の十五夜は、9月25日です。

十五夜は、一年の中で一番綺麗な月が見える日のことです。また秋に採れた農作物への感謝や豊作祈願をする日でもあります。



どうしてススキを飾るの？

- ・稲穂に見立てて穂の出たススキを飾っています。←豊作祈願
- ・神様が休憩すると言われ、魔よけの効果があると考えられています。

お月見団子などのお供え物はなんのため？

丸い団子は月や秋の収穫物である里芋などを表現しているといわれています。お供えした食べ物は、お月見が終わってから食べましょう。お供え物を体に取り入れることにより、健康や幸せを得ることができると考えられています。



「 月 」

1. 出た出た 月が
丸い丸い まん丸い
盆のような 月が

2. 隠れた 雲に
黒い黒い 真っ黒い
墨のような 雲に

3. また出た 月が
丸い丸い まん丸い
盆のような 月が



<10月の予定>

・ぶらぶら散歩 6日(火) 8日(木)

9月24日(木) 予約開始

- ・育児講座「離乳食」 15日(木) PM
- ・地域交流 16日(金)
- ・育児講座「口腔内の発達と食事の援助」 17日(土) AM
- ・つくってあそぼう「水時計」 19日(月) ~ 23日(金)
- ・わらべうたの日 27日(火)
- ・育児講座「全身の健康はお口から」 30日(金) AM

10月1日(木) 予約開始

- ・お父さんも遊ぼう 3・10・24・31日(土)
- ・身体測定 14日(水)・28日(水)

予約の必要はありません。

ぶらぶら散歩

6日(火)

8日(木)

☆予約制

① 9:15~10:00 ② 10:45~11:30

歩けないお子さんも、大きいシートの上でハイハイしたり、座ったりしながら、自然の風を感じたり、草花や鳥の鳴き声などを直接感じましょう。



8月24日実施 にこにこ育児講座 『足から育てる体幹づくり』

佐倉ウェルネス歯科医院さんより

お口と足の成長はつながっている！

家は土台がしっかりしていないと傾いてしまいます。体も同じで、足が安定することにより姿勢や呼吸が整いお口の機能、そして歯並びにつながっていきます。足はすべての成長のはじまりで、足を育てることはお口を育てることにつながります。

今からできる「足育」

赤ちゃんの足は未完成な状態です。0～2歳は骨や筋肉が柔らかく、習慣がそのまま形になる時期、つまり習慣形成と発達の黄金期です。この時期にたくさん体を動かし、足裏から様々な刺激を受けることで、健やかな成長の土台が育まれます。

例えば・・・

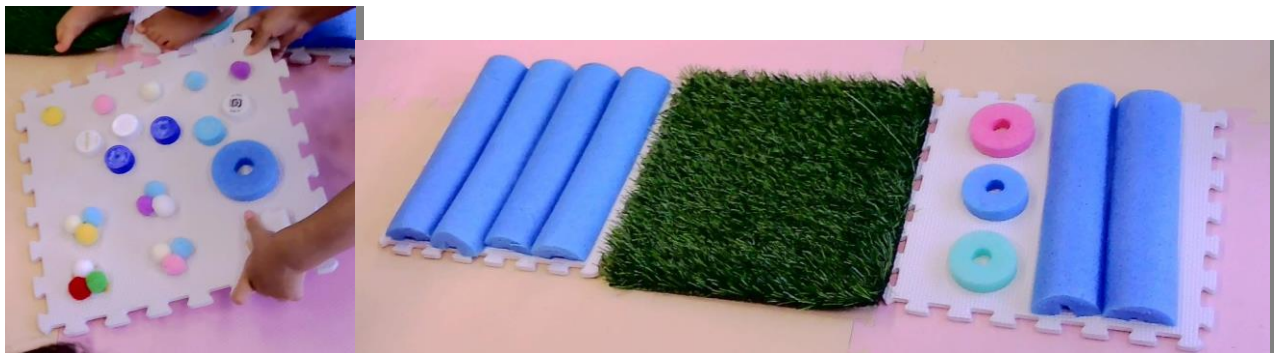
- ・たくさんハイハイ
- ・足裏を触る
- ・外遊び
- ・足に合った靴
- ・たくさんふれあう
- ・食事の時に足がつく
- ・素足で遊ぶ

日々の日常生活でたくさん足を刺激してあげましょう。

「足育」遊びの紹介

ジョイントマットに人口芝やペットボトルキャップ、プールのスティックなどの様々な素材をつけ、足の裏を刺激しながら遊べる玩具の紹介がありました。

身近なもので作ることができるのでぜひご家庭でも作ってみてください。



佐倉ウェルネス歯科医院さんによる育児講座『全身の健康はお口から』が10月30日(金)に、『足から育てる体幹づくり』が2月9日(火)に予定しています。興味ある方はぜひご参加ください。