



子育て支援センター

# ふれあいルーム通信

赤平市子育て支援センター2023年12月号

TEL・FAX 0125-32-3551



雪虫の大量発生も一段落し、いよいよ冬が始まります。気温の寒暖差が激しく、なかなか体調管理も難しいところですが風邪などには十分気を付けていきましょう。

特に、今インフルエンザが流行中です。

赤平だけでなく、近隣の市町でも学級閉鎖になるなど、猛威をふるっています。

防ぐためには、ワクチン接種もそうですが、日ごろから「うがい」、「手洗い」、「十分な睡眠」が不可欠です。

当たり前のことですが、楽しいクリスマスや年末年始を迎えるために、「当たり前のこと」を徹底していきましょう！！



今年のクリスマスは、先生たちが作った飾りをみんなにプレゼントします！  
どんな飾りかはもらってからのお楽しみ！

内緒ですが、ちょっとしたお菓子もプレゼントしますよ。  
ぜひ、遊びに来てください。

12/5(火)は発達支援事業のため親子遊びはお休みです。

支援センターは年末年始は12/30~1/8までお休みです。

支援センターは・・・

親子で触れ合いながら、お子さん同士と一緒に育ち合う友だちをみつけ、お母さん自身も子育ての仲間に出会える楽しい場所です。

親子遊びは10:00~12:00まで。  
9:30から電話で受け付けています。

また、育児相談・発達相談は定期的に旭川や美唄から先生をお招きしています  
まずはお電話ください。 ☎ 0125-32-3551



## きらきら 子育て

困ったときは「リフレーミング」??

遊びだしたら夢中になって止まらない！

おもちゃを出したら出しっぱなし。本を読んだら読みっぱなし。

気になりますよね。忙しい時は特に目に入ってしまう。

でも視点や発想を変えてみると、、、



「こまめに動く」、「いろんなことに興味がある」、

「元気が良い」など、良い部分もたくさん見えてきます。

単純に片付けをさせるのではなく、遊びの一環として「片付け」を取り入れるのも良いかもしれませんね。

問題だと思ふ事に対し、視点を変えてポジティブにとらえることをリフレーミングと言います。

気なったときは、一度視点を変えてお子さんを見てあげてください。きっと、いつもと違って良い点が見つかりますよ。