



サポーターズ通信

37号
令和元年
12月発行

★手作りおもちゃでお正月を楽しもう★

12月、1月はイベントがいっぱい♡皆さんはどんな風にご過ごしていますか？
今回は子どもと楽しむお正月遊びとして「けん玉」「凧」「福笑い」を手作りして、遊んでみました。
お正月はもちろん、普段の遊びとしてお子さんと一緒に作って遊んでみてはいかがでしょうか。



< 凧 >

○材料

A4 コピー用紙、ストロー、タコ糸、折り紙

○作り方

- 1、用紙を飛行機型に折り、ストローで補強。
- 2、クレヨンで絵を描いたり、折り紙で足をつけて飾りました。
- 3、最後にタコ糸を通して完成です！

2歳息子と、手作り凧を揚げてみました！
さっそく公園で揚げてみますが…
風のない日だったため、息子ががんばって走っても高くとはいかず。
それでも、フワッと浮く感覚が面白いようでよく走っていました。
用紙の大きさやタコ糸の長さも変えて、また風のある日にリベンジしたいです。



< マグネットで作る簡単福笑い >

○材料・道具

ホワイトボード、白いマグネットシート、色画用紙
ボンド、はさみ (すべて100均で買えます)

○作り方

- 1、福笑いの下書きを書く。
- 2、下書きを元に、マグネットを顔の形や顔のパーツの形に切る。
- 3、顔のパーツに、ボンドで色画用紙をはる。

1歳3ヶ月の息子と一緒に遊びました。
「ここが鼻だよ。ここが目だよ。」と言いながら、指さして一緒に顔のパーツを貼りました。磁石ぺったんが楽しいようで、顔のパーツを取ったり貼ったりして磁石がつく感覚で何度も遊んでいました。これを機に、今後マグネットの遊びもやってみたいと思いました。

○ポイント

マグネットが薄く、子どもは取りにくそうだったので、二重にマグネットを貼り、手で取りやすく工夫しました。

< けん玉 >

○材料

紙コップ2個、トイレットペーパーの芯1個、
新聞紙1枚、折り紙1枚、タコ糸60cm位、
はさみ、セロテープ

○作り方

- 1、紙コップの底同士をテープでくっつける。
- 2、新聞紙の真ん中にタコ糸の端をテープで止め、包むように丸めてテープで止める。
- 3、2を折り紙で包み、球状に形を整えてテープで止める。
- 4、タコ糸の端をカップの中心に巻き付け結ぶ。
- 5、トイレットペーパーの芯にはさみで切り込みを入れてのりしろを作る。
- 6、紙コップの真ん中に5をテープで固定し持ち手を作って完成！

子どもと一緒に色を塗ったり、シールを貼ればオリジナルけん玉の出来上がり♪

持ち手は付けなくてもOK！
タコ糸を長くしてみたり、持ち手をラップの芯にすると難易度が変わって面白いと思います。



子育ての疑問 Q&A

☆助産師 川島さん
に教えてもらいました。



Q: お母さんや赤ちゃんが病気の時の授乳どうしたらよいですか？

A: 母乳にはたくさんの栄養成分、免疫物質が含まれており、母乳栄養をしている場合赤ちゃんが病気になるにくいと言われています。全く病気にかからないわけではありませんが、その頻度が少なくより早く回復する傾向にあるようです。

○病気の赤ちゃんへの授乳: 赤ちゃんの病気によっては、授乳をお休みする必要がある場合もありますが、母乳は消化も良く何より赤ちゃんに安心感を与えるのに役立ちます。ですからぜひ母乳は続けていって欲しいものです。

○お母さんが病気の時の授乳: お母さんの体調が優れない時は授乳をする気分ではないと思いますが、出来るだけ授乳を継続することをお勧めします。何の準備もいらず、すぐに飲ませられる母乳はありがたいですね。お母さんが赤ちゃんのお世話を安心して出来る様に家族のサポートを受けながら、お母さん自身の体調管理をしていきましょう。

風邪をひいたら授乳で赤ちゃんにうつるのではないかと心配されますが、大丈夫です。しかし、お母さんの病気をうつすリスクを最小限にするために、石鹸を使った手洗いや咳エチケット（マスクの着用や袖で口を覆う等）を守るなど注意していきましょう。授乳中も飲める薬があるので体調が悪い時は無理せず、我慢せず医療機関を受診してください。赤ちゃんに特別な治療が必要な場合は病院スタッフや母乳育児の専門家とよく話しアドバイスもらってください。

教えて！ママ！

ひろばに遊びに来たママに聞いちゃおう！

☆長距離移動をするときの工夫☆



帰省や旅行など遠くに出かける機会が増えますね。ひろばのママたちに移動時の工夫を聞いてみました。

○1歳11か月（車）

- ・童謡のDVD、歌遊び
- ・食事やおやつをチャイルドシートで食べさせる
- ・窓上部の持ち手部分にぬいぐるみやおもちゃをつるしてあそばせる

○1歳3か月（飛行機→アメリカ）

- ・好きなおせんべいを持参
- ・飛行機でもらったおもちゃやアンパンマンの絵本で遊ぶ
- ・授乳をする
- ・空港のキッズルームでぎりぎりまで遊ばせる

○2歳（新幹線）

- ・好きなお菓子（なるべく時間をかけて食べれるもの）を用意。封を開けるまで触ったりして遊ぶ。飽きてどうしようもなくなったらやっとなげる。

○5歳、3歳、3か月（車・バス）

- ・もしもの時のお菓子を持っていく。少しずつ小出しにする。
- ・バス: 外の景色を見て「～があるね」など子どもと話をする。
- ・車: 好きな曲のCDを用意する（いないいないばあなど）



編集後記

のんびりんこ利用者ママの協力で発行しています

2歳半の息子は、最近あまのじゃくです。なんでも逆を言うので大変です。そんな息子は「じゃくじゃくあまのじゃく」という歌が大好き。まるで息子のことを歌った歌を、ご機嫌に聴いている姿を見ると、気持ちも少し和みます 笑。
(ボランティア記者: さんご)

寒い季節になり、衣替えをしました。息子の洋服を整理していて「今年買った夏服は、来年着られないのかな？」と思うと、さみしいような、成長が気になるような、もったいないような、、、複雑な気持ちになりました。少しは来年も着て欲しいです。
(ボランティア記者: ひよこ)

1年前のサポーターズ通信はお掃除特集でした。私は「茂木和哉というクレンザーでお風呂の鏡を磨いたら綺麗になった」という内容を記事にしたのですが、あれ以来ほとんど使っていなかったのが久々に使ってみたところ、やはり見違える程ピカピカになり効果を再確認しました。新年を気持ちよく迎えられるように大掃除がんばります(^ ^)
(ボランティア記者: なお)