

# 子育て世代 包括支援センターだより

## スマホやタブレットに 頼っていませんか？

スマホを見ていると集中する！？は間違いです！

赤ちゃんは、光る・動く・音がするものに反応します。

だから子どもは自然にスマホやテレビを見てしまいます。

### 電子メディアは…

子どもの反応に誰も応えない一方的なやりとり（サイレントベビーに移行してしまいます）  
※サイレントベビーとは…無表情であまり泣かない・笑わない状態の赤ちゃんのこと。

### 絵本は…

子どもの反応に大人が返答してくれるので、言葉の習得や集中力・想像力などが育ち情報が安定します。

子育て世代包括支援センターは、安心して産み育てられる環境作り＝子育てしやすい町を目指して活動しています。どうしてもいいかわからない、イライラしてしまう…そんな時は1人で悩まずに私たちにお手伝いさせてください。

ご相談は総合ケアセンターゆくり 子育て世代包括支援センター ☎26-7872  
または、厚真・厚南子育て支援センターにてうかがいます。

## 赤ちゃんは、ママやパパの音が好き

赤ちゃんは大人に抱っこされて絵本を読んでもらうと、背中から感じる読み手の心臓音に安心を感じます。子どもは大人が絵本を読む声を聞いて、優しい言葉の響きや心地よさを全身で感じながら人として大切な心をゆっくり育んでいきます。

## パパも読み聞かせに チャレンジ！！

絵本で  
親子時間を  
楽しみましょう！



「ママのように読んであげられないから…」と読み聞かせをためらっているパパはいませんか？5才くらいになると子どもは絵本から人生や社会を感じるようになります。その道案内をするのは、人生と社会を知る人【父親】が適任ではないでしょうか。パパのあぐらにすっぽりとおさまり、パパならではの絵本読みで、子どもはどんどん絵本の世界に引き込まれていきます。絵本を通しての親子の信頼や結びつきは、生涯消えることはありません。

各支援センターにおいて、おすすめ絵本を用意しているので、ぜひご利用ください。

## 息抜きできていますか？

まとまった睡眠がとれないと、家事や育児にも疲れてしまうと思いますが、息抜きをすることで穏やかな気持ちで育児をすることができることもあります。

適度な息抜きは大切な育児の一環、ママが笑顔だとお子さんも笑顔になります。

子育て支援センターでは、子育てママやパパがリフレッシュできるような講座なども用意していますので、ぜひご参加ください。

## 厚真・厚南子育て支援センターについて

1日の利用者人数が多くなりすぎると『密』や『換気』の面で心配があるため、しばらくの間利用を下記のとおりとします。

ご協力を宜しくお願い致します。

- ①最大利用数 7組まで
- ②利用時間 1回につき1時間程度
- ③利用対象者 ・町内在住者  
・お子さんの祖父母が町内に在住する方