



# べこのこだより

親子ひろば『べこのこ』

浜松市中区高丘東3-54-18

葵ヶ丘保育園

Tel053-437-7952

fax053-437-7950

6月号  
令和3年5月25日発行



今年は、例年より少し早い梅雨をむかえました。外で遊びたい子ども達は、外に出られずちよっぴり残念ですが、雨の日の必須アイテム(長靴をはいて傘をさし)でお出かけ。雨音を聞いたりカエルやカタツムリを探してみてもいいでしょう。そして、時には、気分転換に「べこのこのおへや」に遊びに来てみませんか？お待ちしております。



## ★9日(水) 芋苗植え

《遊びの広場》 園庭開放(月・水・金)午後1時～午後3時

場所: 葵ヶ丘保育園・東側の畑

集合: 直接畑に来てください

時間: 10:00～終わり次第解散

土に触れる体験をしましょう。お芋掘り、焼き芋に繋がる活動です。

\* お家の人といろいろな玩具で遊びましょう。

\* 自分のお子様から目を離さないようにお願いします。

入口にて手洗い・消毒、マスクの着用をお願いします

【子育て相談】 毎週月～金曜日 午前10時～午後4時

子育てについて不安や質問はありませんか？

一人で悩まないで、何でも気軽に声を掛けて下さいね。

電話又は来園での相談にも応じます。



ママ一緒にやろう

手遊び・大型絵本見たよ!



みんな真剣によくみているね



肌にふれるとこんなにいいことがあります!



スキンシップをたくさんとっている子は、風邪をひきにくかったり、表情が豊かだったり、そんなふうにしたことはありませんか。それは、安心できる大人との肌のふれあいが、子どもの心と体、脳にいい影響を与えているからです。

### 1. “愛情ホルモン”がアップ…「信頼が深まる」

人は心地よく触れられているときに、オキシトシンというホルモン(愛情ホルモン)が分泌されます。それによって安心感が生まれ、信頼が深まります。



### 2. 緊張がほぐれる…「情緒が安定する」

オキシトシンには緊張をほぐして気持ちを落ち着かせる効果もあります。子どもを優しく抱っこすると泣き止むのは、リラックス効果もあるといえるでしょう。スキンシップは何歳からでも遅くはありません。毎日、5～10分続けてみてください、きっと子どもの情緒が安定して、変化を実感されることでしょう。

### 3. 脳が刺激される…「好奇心が高まる」

スキンシップで肌から受けた刺激は、脳の中にある前頭葉を刺激します。前頭葉は、感情や行動を司る部分なので、スキンシップをたくさんとることで子どもの好奇心と行動力が高まります。

### 4. 成長ホルモンが分泌…「体の成長が促される」

ベビーマッサージをすると、成長ホルモンが増えて体重の増加が早くなり免疫力もアップします。スキンシップは成長ホルモンの分泌を促し、病気に負けない体を作る効果があります。

