

たんぽぽ広場 通信

公益財団法人 東京 YWCA
まきば保育園 子育て支援事業
「たんぽぽ広場」
〒182-0022 調布市国領 7-11-1
TEL 042-483-5208

2022年 8月発行 通算第15号

たんぽぽ広場はみんながほっとできるオープンスペースです。お母さん、お父さん、まきばの庭の豊かな自然の中で、お子さんと一緒にいっぱい遊んで、ゆったりした時間をお過ごしください。

自然に親しむ ふれ合いのひととき

まきば保育園 専任保育士 来間 聖子

木々に囲まれた自然豊かなまきば保育園の園庭。暑い日差しが照りつけ、蝉の音が響いています。「セミ、つかまえた！」園児の手の中には蝉がいました。トンボをつかまえた子もいます。

たんぽぽ広場のこどもたちは、お母さんにぴったりくっついて“見たいけどちょっとこわいな・・・”という顔でのぞきこんでいました。

そんな子どもたちの最近の遊びの様子をのぞいてみると、1～3歳児の子どもたちは木の実を手いっぱい拾ったり、だれかの真似っこをして「キャア キャア」走り回って楽しそうです。ミミズやダンゴムシをみんなで見つけて、こわごわ触ったりしている子どもたちの微笑ましい様子も見られました。園庭にある山に登ったり下ったり、大きな穴に入ってみたり、お母さんと一緒に泥や水でじっくり遊んでいる親子の姿もあります。

2歳児の女の子仲良し3人は同じ場所で、それぞれが好きな遊び（泥水を混ぜて作る。水を容器に入れたり出したりする。ジョーロでお花に水やり、水まき。）を楽しんでいました。

トロッコに乗ってお母さんに押ししてもらったり、自分で「よいしょ」と押ししたり、スクーターにまたがって両足でこいだり、鉄棒にぶら下がったり、ボールを蹴ったりなど、色々なことができるようになってきました。

0歳児はお母さんお父さんに抱っこされて日光浴。足をバタバタさせたり、声を出してご機嫌です。室内でもハイハイでおもちゃを取りにいたり、寝がえりやおすわりが上手にできるようになって、それぞれの赤ちゃんの成長を感じます。

短い時間ですが、親子で遊びを共有しながら0～3歳の乳幼児が楽しい時を過ごしています。この場所に、子どもたちとお母さんお父さんの笑顔があふれ、笑い声が響きわたりますようにと願っています。



.....たんぽぽ広場につながる皆さまへ.....

コロナウィルス感染拡大防止のため、たんぽぽ広場を一時お休みとさせていただきます。広場でのひとときを楽しみにして下さっている皆様、まだ暑い日々をどのように過ごしているらっしゃるだろうかとお一人お一人の顔を思い浮かべています。広場再開の時期に関しては、もうしばらくお待ちください。東京 YWCA まきば保育園ホームページ（子育て支援）、またはお電話にてお知らせいたします。またご一緒にお話をしたり、まきばのお庭でのひとときを楽しめる日が来るまで、どうぞみなさまお元気でお過ごしくたしますように。

（広場担当・清田）

まだまだ、暑い夏に、大切な水分補給。どうしていらっしゃるでしょうか？

【子どもは とっても 汗っかき】

おとなのからだは、体重の約60%が水分です。弾力のある赤ちゃんのからだの水分は、さらに多く、約70%以上あります。その水分は、生命を育んでいます。

また、赤ちゃんの身体は、新陳代謝が活発なので、大人の約3倍も汗をかくと言われます。つまり、大人以上に水分補給が重要なのです。発熱や下痢をすると水分が不足しますし、猛暑によって脱水状態になりやすいのもそのためです。赤ちゃんの水分補給は、こまめにしてあげましょう。

【こんな時に飲ませてあげましょう】 基本は、「湯冷まし」「水」「麦茶」

寝起き、お風呂上り、大泣きしたあと、散歩や外遊びのあと、おしっこの量がいつもより少ないと感じたときに飲ませてあげましょう。お子さんに飲ませる前に、おとながゴクゴクおいしそうに飲むのがコツです。

「一緒にゴクゴク、おいしいね・・・」。水分補給の時間が、より楽しくなるかもしれません。

【ちょっと気をつけましょう】

避けたほうがよい飲み物もあります。

- ① ウーロン茶や緑茶はカフェインが入っていて、不安、興奮、眠りが浅くなることもあります。子どもによっては吐いたり、下痢をすることがあります。
- ② 大人用のイオン飲料や市販のジュースは糖分が高く、止められなくなり、ほかの飲み物を嫌うようになってしまいます。水分補給にはふさわしくありません。
- ③ 乳幼児が1日に飲む牛乳の適量は、100から200ミリリットルとされています。飲み過ぎると貧血や肥満の原因になることもあります。

(瀬口 君代)

