



すくすく

松代子育て支援センター
025-597-2178

＜開園時間＞
月～金 9:00～11:30
13:00～15:30

今年の冬は大雪に見舞われ連日の雪かきが大変でしたが、最近は暖かい日が多くなり、いつもより早く春がやってきたようで嬉しいと思っています。そんな良いお天気の中、保育園の子どもたちは園庭やふれあい公園にできた大きい雪山で元気いっぱい雪遊びを楽しんでいます。すくすくに来てくれたお友だちも部屋の中やベランダを探索したり、斜面台の上り下りを繰り返し行い、体を動かしてたくさん遊んでいます。

＜2月のすくすく教室の様子＞

おひなさまを作りました。
お母さんに糊をつけてもらい、紙皿に
折り紙を貼っています。きれいに貼れ
てうれしそうです。



メディアとの付き合い方を教えて！

0～6歳は目の発達に大切な時期です。人が物を見る機能は生後2ヶ月から発達し始め、3歳頃までに急速に発達し、6～8歳遅くても10歳頃にほぼ成熟し、視力が決まると言われています。視力の発達以外にも長時間のスマホやテレビの視聴が与える悪影響として、「言語発達の遅れ」「運動不足」「生活リズムの乱れ」「情緒的な発達への悪影響」などが挙げられます。

【スマホやテレビを見せる時のポイント】

- ＊つけっぱなしにしない・・・番組が終わったら消す
- ＊コミュニケーションをとる・・・1人で見せず親と一緒に見て内容を話しかける
- ＊生活に支障をきたさない・・・食事中や授乳中はつけない

- ※ 0～1歳は原則10分、2～4歳は1日1時間以内（できるだけ短い方がよい）が理想です。
- ※ できるだけメディアから離れ、散歩をしたり外遊びをすることがとても大切です。
- ※ 上手にを使ってメディア漬けにならないように気をつけましょう。



お知らせ

- ＊3月3日（火）は、保育園の恒例「のど自慢大会」があります。子どもたちの熱唱と一緒に応援しませんか？（10時頃からの予定です。）
- ＊3月27日（金）～4月2日（木）まで新年度準備のため“すくすく”はお休みです。新年度は4月3日（金）からです。よろしくお願いいたします。

次回の乳幼児健康相談とすくすく教室は・・

3月13日（金）『楽しいパネルシアター』です。

