



令和6年子育て支援だより

12月じゃんけんポン



士幌町認定こども園
幼児教育課 子育て支援係
士幌町字士幌西1線172
TEL 5-2364

朝晩の冷え込みが厳しく、いよいよ十勝の冬を感じるようになりました。体調を崩しやすい時期ですが、手洗い、うがい、室内換気などを行い体調管理に気を付けましょう。今年も残すところ1か月となりましたが楽しく健康に過ごしていきましょう。

12月 子育てカレンダー ★士幌町認定こども園内 子育て支援室★

月	火	水	木	金
2 ちびっこ広場 9:30~11:30	3	4 のびのびの日 9:30~11:30	5	6
9 ちびっこ広場 9:30~11:30	10 (会員制) キッズ・クラブ 10:00~11:30	11 のびのびの日 9:30~11:30	12	13 わんぱくの日 9:30~11:30
16 ちびっこ広場 9:30~11:30		18 のびのびの日 9:30~11:30	19	20 おひさまの日 9:30~11:30
23 ちびっこ広場 9:30~11:30 制作の日	24	25 のびのびの日 9:30~11:30	26	27
30 年末休業	31 年末休業			

※子育て事業は、町のHPのイベントカレンダーにも記載しています。

12月の制作

23日(月)のちびっこ広場では
「お正月リース」を作ります



～おねがい～

- ・体調不良、風邪症状（発熱・鼻水・咳・下痢等）が見られるお子さん、保護者の方の利用は控えてください。
- ・水分補給が必要な方は、飲み物を持参してください。
- ・お子さんが口に入れた玩具は、消毒しますので消毒力ゴに入れてください。

★子育て支援ルームの 利用について★

- ◎町内在住の0歳児から就学前のお子さんを持つ家庭
 - ◎里帰りしている保護者とお子さん
 - ◎妊婦さん(見学のみ)
- 以上の方が対象になります
気軽にお越しください。

♡あそびにきてください♡

★月曜日★ちびっこ広場

・絵本や紙芝居の読み聞かせ
月末は制作をします

★水曜日★のびのびの日

・リズムに合わせ手遊びします

★第2金曜日★わんぱくの日

・未満児遊戯室で身体を使って遊びます

第3金曜日★おひさまの日

・親子ふれあい遊びをします

★のびのびの日 ★わんぱくの日

中土幌センターと合同

睡眠

子どもの睡眠には、脳をつくり、育て、守るというとても大事な役割があります。子どもの睡眠の発達を見ていきましょう。

0～1か月

睡眠時間は16～20時間。
昼夜に関係なく、1日の大半を眠って過ごす。

新しい神経細胞と、それをつなぐネットワークが構築され、またメンテナンスされています。



神経細胞
(ニューロン)

Zzz

(厚生労働省 未就学児の睡眠指針より)

6か月

睡眠時間は13～14時間。
昼夜の区別がはっきりし、6～8時間連続して睡眠をとるようになる。

3～6歳

睡眠時間は10～11時間。
昼寝は減少。5歳ごろには多くななくなる。

1～3歳

睡眠時間は11～12時間。
昼寝は1回程度。睡眠のほとんどを夜間にとる。



どの年齢でも、夜の睡眠を10時間程度確保することが大切です。

子育て支援事業の変更などが、ありましたら
土幌町のホームページや母子モでお知らせ
致しますのでご覧ください。

土幌町のHP・母子モには、
カラー版が掲載されています

子育て支援便り→



子育て相談について
電話や来園による子育ての不安や悩みの相談を行っています。お気軽にご相談ください。

月～金曜日 午前9時～午後5時
相談専用電話 5-2502