



こんにちは！ 子育て支援センターです



令和3年6月

さわやかであたたかな陽気の日が続いていましたが、雨の日には肌寒さを感じます。春から夏に向かうこの時期は、日差しが強さを増し、少し動くと汗ばむ日もあります。

今年は梅雨入りが早いと言われています。晴れ間を見つけて気分転換をしましょう！！
お散歩で外気浴・・・風に揺れる葉っぱを眺めたり色とりどりのお花に手を伸ばしたりなど、自然物に触れたり見たりして楽しむことができます。砂や石などをじーっと眺めて「これは何か・・・」というかわいい表情もうかがえるのではないのでしょうか？



親子で楽しい時間の共有を ふれあい遊び



♪大きな太鼓
ドーン
小さな太鼓
トントントン♪



♪バスに乗ってゆられてる
ゴゴー！！♪

この日は7曲のふれあい遊びをしました。

♪まるまるやまから
おりてきて
たいらなところで
ひとやすみ
ポンポンポン♪



授乳も終わり、目をあけ、口をもごもご動かして、今にも話したそうな表情をしている時は、機嫌のよい時です。小さな声でそっと歌いかけるだけで赤ちゃんは喜びます。



6月10日は時の記念日です。
日本で初めて時計による時の知らせが行われた日です。

赤ちゃんと触れ合う、見つめ合う、抱きしめる

お母さんやお父さんに触れられたり見つめ合ったりすると、赤ちゃんの心拍は安定してリラックスした状態になり、脳の視床下部から「オキシトシン」というホルモンが分泌されます。「オキシトシン」は、相互に作用するので、お母さんやお父さんにも分泌されます。「オキシトシン」は愛情を深めるだけでなく、**ストレス反応を弱める、情緒を安定させる、社会性の発達を促す**、などの効果があります。「オキシトシン」が分泌されると幸せな気分になるため、愛情ホルモン、幸せホルモンと呼ばれています。