



平成29年3・4月（第4号）



# 子育てコンシェルジュだより

掛川市子育てコンシェルジュ（市役所 1 階南側こども政策課内）

E-mail:kosodate@city.kakegawa.shizuoka.jp ☎21-1211

弥生 3 月、タンポポやチューリップなど色とりどりの花が咲き、てんとう虫が忙しそうに動き出しました。日差しも暖かさを増し天気の良い日はお散歩に出掛けてみましょう。きっと気持ちがワクワクしてきますよ。

## 散歩中一番大切なのは、お母さん自身が楽しむことです。

普段の生活はとても忙しいものですが、赤ちゃんのためと気負わずに、日々家で育児しているお母さんお父さんの気分転換にもなります。

## 赤ちゃんとお散歩の楽しみかた



### お散歩は何ヶ月から？

生後 2・3 ヶ月頃、外気浴をかねて抱っこでお散歩。  
赤ちゃんとお出かけする機会が増えてきたらベビーカーを使うのもおすすめ。



### 歩き始めの頃は？

とにかく歩いてみたいもの。  
危険の無い広い場所でたくさん歩かせてあげましょう。



### 歩くのが上手になってきたら・・・

子どものペースで近所をのんびりと歩くことでいろいろな発見ができます。石ころを拾ったり、草花を摘んだりして一緒に楽しみましょう。



### お散歩の時間帯は？

冬は暖かい昼間に、夏は朝夕の涼しい時に出掛けましょう。

### 無理のない程度で

赤ちゃんのお散歩は体調重視。体調や気分の優れないときは家でゆっくり休みましょう。



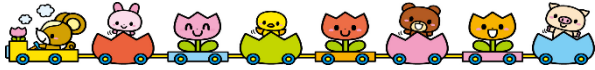
### 散歩中のNGワード

大人が汚いと思う物も、子どもは触ってみたいもの、「汚い!」「だめ!」とすぐ言わないでね。汚れてもよい服装で出かけよう!



## 子どもと共に“歩き・眺め・感じる”ことで“言葉や感性”が育つ

子どもが手に取った物を親も一緒に、見て・触って・感じることで親子の会話も豊かになり、子どもの心を育みます



## 一緒に歌おう！♪チューリップ♪

さいた さいた チューリップのはなが  
ならんだ ならんだ あかしろ きいろ  
どのはな みても きれいだな

散歩しながら一緒に歌ったり「きれいなおはなだねえ」など、たくさんの言葉かけをしたりしてみましょう。

ご近所の方と挨拶したりすることも子どもにとって良い経験になります。



## 赤ちゃんの暮らしを守る一乳幼児の安全対策—お散歩編



### ① ベビーカーの使い方



- \* **ベルト**をきちんと締める
- \* **ストッパー**はこまめに掛ける
- \* ベビーカーで出掛けるときも、おんぶや抱っこをせがむことがあるので、**抱っこひも**等用意する
- \* 暑い時期は特に**水分補給**をこまめにする
- \* 人混みや交通量の多い道は避ける
- \* **バスタオル**を用意、体に掛け温度調節したり、敷物にしたりする



### ② 抱っこひもの使い方



- \* 抱っこでかがむ時は必ず**手で支えたり、膝を曲げて腰を落としたり**して子どもが転落しないようにする

### ③ 道路の歩き方



- \* しっかりと**手をつなぎ** 離さないようにする
- \* **大人が車道側を歩く**(子どもが急に車道に飛び出す危険があるので注意する)

掛川市子育て総合案内サイト「**かけっこ**」を活用してください！

掛川市子育て総合案内サイト



URL: <https://kakegawa-kakekko.appspot.com>

↑ アクセスはこちら!!(掛川市公式 HP からも OK)

掛川 かけっこ

検索

スマホからはこちら!! →



かけっこ