

たんぽぽだより

神原保育園 子育て支援センター

令和8年 3月号

寒さの中にも、穏やかな日差しを感じられるようになりました。日中は暖かい日もあり、戸外で気持ち良く過ごせる日が増えました。春がすぐそこまでやって来ていますね。

神原保育園子育て支援センターにもぜひ遊びにきてくださいね。



【親子でスキンシップ】

なでられたり、抱きしめられたりして、ママやパパとふれあっている時のお子さんの表情は安心感に包まれてにっこにこ♡そんなお子さんを見つめるママやパパの優しい表情も微笑ましくて幸せそのものだと感じます。手を繋いだり抱っこをしたり、ごく自然にしているスキンシップにもたくさんの効果があります。



【スキンシップの効果】

① “オキシトシン” という愛情ホルモンがアップ！

ふれたらすぐに効果がでるわけではありませんが、繰り返し分泌されることで、愛情を深めたり成長を促したりするはたらきがあります。オキシトシンはふれられる側だけではなく、ふれる側にも分泌されます。

② 運動機能が高まる

全身に刺激を与えることは、脳の発達を促します。脳を発達させることは運動神経の発達にも繋がります。



③ やる気や好奇心が芽生える

肌にふれると感情や行動をコントロールしている前頭葉が刺激され、やる気や好奇心が生まれると言われています。

④ 自立心が育つ

甘えたいという欲求が満たされることで、自分に自信をもつことができ、チャレンジしようとする気持ちにも繋がります。

⑤ 親は子どもの異変に気が付きやすくなる

愛情をもち、意識を向けてふれることで、思いをよりの確に感じ取ったり、肌ざわりやぬくもりの違いに気付いたりしやすくなります。

スキンシップは大切だと分かってはいても、時間や心に余裕のない時もありますよね。オムツ交換やお風呂、寝かしつけなどのお世話をしている時にお子さんにふれたり、膝にのせて絵本を読んだりすることでもスキンシップは十分にとれます。無理のないように、短い時間でも楽しくふれあえるとよいですね。親子でリラックスできるひとときを過ごせますように。



(参考文献:「脳と体にいいことずくめのベビーマッサージ」
PHP 研究所. 2024)

電話・メールによる相談も受け付けています。お気軽にご連絡ください！
(連絡先は裏面にあります)

神原保育園 子育て支援センター サロンカレンダー

2026 年 3 月

月	火	水	木	金	土	日
 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; display: inline-block;"> 実施時間 ① 10:00から11:30まで ② 13:30から15:00まで </div> それぞれおおむね3組で 予約を受け付けています。						1 お休み
2 ①サロンたんぽぽ ② "	3 ①スキップクラブ ②サロンたんぽぽ	4 ①サロンたんぽぽ ② "	5 お休み 予約OK	6 ①赤ちゃんサロン ②サロンたんぽぽ	7 ①乳児園庭で遊ぼう ②サロンたんぽぽ	8 お休み
9 ①サロンたんぽぽ ② "	10 ①サロンたんぽぽ ② "	11 ①サロンたんぽぽ ② "	12 お休み 予約OK	13 ①赤ちゃんサロン ②サロンたんぽぽ	14 国行事のため お休み	15 お休み
16 ①サロンたんぽぽ ② "	17 ①サロンたんぽぽ ② "	18 ①サロンたんぽぽ ② "	19 お休み 予約OK	20 祝日 春分の日	21 ①乳児園庭で遊ぼう ②サロンたんぽぽ	22 お休み
23 ①サロンたんぽぽ ② "	24 ①サロンたんぽぽ ② "	25 ①サロンたんぽぽ ② "	26 お休み 予約OK	27 ①赤ちゃんサロン ②サロンたんぽぽ	28 ①乳児園庭で遊ぼう ②サロンたんぽぽ	29 お休み
30 ①サロンたんぽぽ ② "	31 ①サロンたんぽぽ ② "					

【スキップクラブ】 3日 講師:児童発達支援センターうべつくし園 保育士
 お子さんの発達(言葉のおくれ、かんしゃく、人見知り等)や親子のかかわり方等について
 お気軽にご相談ください。

子育てについて、聞きたいことや困っていることなどがありましたら、サロン中にお気軽に
 声をかけてください。また、**個別相談(15:30~17:15)**も対応いたします。
 ご利用は、すべて予約制です。ご予約は、利用希望日の2週間前からできます。
 ※保育士が不在の木曜日は、サロンをお休みします。電話・FAXでのご予約は、
 対応いたします。



サロンたんぽぽ
 お子様と、自由にゆったり過ごせます。
 保育士もお子様と一緒に遊びます。
 保育士へ相談もできます。

赤ちゃんサロン
 1歳前後までのお子様とその保護者、
 および妊娠22週~34週までの妊婦さんと
 そのパートナーの方が対象です。

乳児園庭で遊ぼう
 神原保育園の乳児園庭で遊びます。
 天候や行事の関係で、室内遊びになることが
 あります。

土曜日の「乳児園庭で遊ぼう」にご参加
 の方は、直接乳児園庭(門を入れて左奥)に
 来てください。
 月・火・水の午前のサロンたんぽぽの時間帯で、
 外遊びができる場合は、当日お誘いいたします。
 外遊びをご希望の方は、防寒着や帽子等
 のご準備をお願いします。

神原保育園 子育て支援センター
 宇部市琴芝町二丁目3番30号
 電話・FAX 0836-21-6484
 メール kamiho-sien@city.ube.yamaguchi.jp
 相談日 月曜日~土曜日
 (日・祝日はお休み)
 (木は予約のみ)
 時間 8:30~17:15



神原保育園
 子育て支援センター