



子育て世代包括支援センター
かんがるーむ

いきいきほーるには、相談スペース「かんがるーむ」があります。子ども連れでもゆつくりとお話が聞けるようになっています。私たちはいつでも子育てしているパパ・ママの味方です。利用される場合、事前に連絡してください。

朝ごはん・早寝早起きは健やかな成長の大原則です。朝ごはんを食べること、早寝早起きは子どもの健やかな成長の大原則です。午後9時以降に寝ることがないように、まずは午前6時7時に起きる習慣をつけましょう。すると午後9時前に眠くなるホルモンが分泌され、無理なく早寝早起きができるようになります。睡眠前のテレビやスマホの刺激にも配慮してくださいね。ことばの発達に心配になると、つい「もつとことばを教えるな」と焦った気持ちになりますよ。ね。「子ども【に】ことばを教える」ではなく「子ども【と】ことばを交わす」イメージで関わってみるといいかもしれません。

上手なことばのかけ方

- ① 笑顔と明るい声
常に笑顔と明るい声は大変です。余裕があるときに、意識しましょう。
- ② 名前を歌うように呼びましょう
子どもの心がほぐれ、気持ちが向き合います。お話しすることは楽しいことだと認識されます。
- ③ 子どもの興味に大人が合わせてことばをかける
大人同様、興味があることは吸収されやすいです。子どもの気持ちを代わりに表現してあげましょう。安心感につながります。
- ④ ダメの代わりに、願いを伝える
注意するのではなく、「○○してくれたいらうれしいな」など肯定的な表現に置き換えてみましょう。
- ⑤ 避けたいことば
脅かすことば「○○しないと○○できないよ」・ダメダメの連発・高圧的な命令。

いつでも相談してください。



保健師 大屋紗代

上手なことばの育て方

子どもの「ことばの発達」について心配している保護者は少なくありません。「ことばの発達」は個人差が大きいので、過度の心配は不要ですが、日ごろの関わりや環境で、よりよく伸ばすことができます。今回は子どもへの上手なことばの育て方を紹介します。

「飲み込む」「吸う」など
日常行動がお話の練習
お話の練習は離乳食が始まる5か月ごろから始まります。飲み込んだり、舌をつかたりすること、舌を動かして発音するための準備運動でもあります。また、食べ物のももも重要で、噛む行為は脳への刺激となり、脳の発達を促

し、ことばの成長につながります。楽しい感情が大きくなると気持ちも伝えやすくなる
子どもは、体を動かして遊ぶことで、心が動き声が出やすくなります。体（脳）と心の成長が、ことばを生みます。「ママと遊ぶのは楽しいな」「次はこれで遊びたいな」と、まずは子どもの気持ち

を育ててください。そうすると「この楽しい気持ちを伝えたい」という思いが生まれ、自然とことばが出てきます。

こんにちは保健師です

●問い合わせ

いきいきほーる健康課 ☎ 2020局3212番

認知症サポートセンター
家族だけで悩まず、相談を!

相談内容の秘密は守られます。気軽に相談してください。

- 【認知症サポートセンター】
- とき 水曜日・土曜日午前11時～午後4時
- 相談内容 本人・家族が抱える悩み
- 問い合わせ 認知症サポートセンター ☎ 092-574-0190
- 【若年性認知症サポートセンター】
- とき 火曜日～土曜日午前10時～午後4時
- 相談内容 医療・福祉・就労の悩み
- 問い合わせ 若年性認知症サポートセンター ☎ 092-574-0196
- 【共通事項】
- ところ クローバープラザ（春日市原町）

第7回遠賀川流域リーダーサミット
共に遠賀川の未来を考えませんか

遠賀川流域では、水環境の改善や川づくり、まちづくりの推進のため、流域市町村のリーダーが一堂に会するサミットを2年おきに開催しています。

- とき 1月26日(日) 午後1時
- ところ 宮若市文化センター（宮若市宮田）
- 内容
▷まちづくりや防災をテーマに、遠賀川流域自治体の首長によるパネルディスカッション
▷遠賀川で活動する団体・子どもたちの発表
- 費用 無料
- 問い合わせ 国土交通省遠賀川河川事務所 ☎ 0949-22-1830

新春投稿イラスト

▽江上淑子さん(中央)



みんなの
掲示板

サークル・団体の会員募集や講座の案内、地域の出来事などを投稿してください。ここは、読者の皆さんからの記事で作られるページです。広報紙への意見・感想やイラストなども募集しています。
●問い合わせ 役場広報係 ☎ 201-4321



水巻町軟式野球選手権大会
●11月3日・10日・17日 ●総合運動公園など ●参加者 270人

①アバンチュール

水巻ビーチボールバレー福岡県大会
●11月23日 ●町民体育館 ●参加者 133人

【男子混合 B】
②ロゼ(水巻町)
【女子 B】
②CHERRY(水巻町)



水巻町スポーツ少年団駅伝・マラソン大会
●11月24日 ●総合運動公園グラウンド ●参加者 176人

- 【マラソン・小学生男子】
- 1年生①岡可夢偉 ●2年生①森咲仁
- 3年生①濱口壱希 ●4年生①矢野竜大
- 5年生①東木好誠 ●6年生①高崎琉成
- 【マラソン・小学生女子】
- 1年生①黒田愛子 ●2年生①末吉柑菜
- 3年生①永淵湖々 ●4年生①中村結愛
- 5年生①竹尾日菜 ●6年生①隅田乙葉
- 【駅伝】
- 男子の部①宮尾台 Sky
- 女子の部①宮尾台ぶっちぎりガール