

## スタードームまどかに行こう



### 市民星空観望会 いて座が見頃です



いて座が南の空に輝いています。このいて座の獲物は何か、確かめに来てみませんか。

- 日時 9月3日(土) 午後7時～8時50分  
※今回は、第1土曜日に行きます。注意してください。
- 会場 北コミュニティセンター スタードームまどか
- 内容 ◇夏の星の観測◇月と土星の観測  
※中学生以下は保護者が同伴してください。  
※雨天曇天時は室内おはなし会となります。
- 問い合わせ先  
北パートナーシップ活動支援センター（北コミュニティセンター内） ☎(513)0099

## のびのび広場

子育て応援指導員（保育士）が、ふれあい遊びや絵本の読み聞かせなどを行います。

- 対象者 1～2歳11カ月の子どもとその保護者  
※きょうだい児の参加は要相談
- 日時 9月2日(金)・9日(金)・30日(金) 午前10時45分～11時45分（受付 午前10時半～）  
※複数の申し込みはできません。
- 会場 れいわ子ども情報センター 子育て応援フロア（すこやか交流プラザ3階）
- 内容 寒天あそび（触って感触を楽しもう）
- 必要なもの ◇着替え◇タオル◇水筒
- 定員 各回15組（先着順）
- 申込方法 電話
- 申込期間 8月18日(木)～24日(水) 午前9時～午後5時（土・日曜日を除く）
- 申し込みと問い合わせ先  
れいわ子ども情報センター（すこやか交流プラザ内） ☎(573)8219 ☎(580)1702



こんにちはは  
保健師です。



電子メディアとの付き合い方を考えましょう

電子メディアとは、テレビ、DVD、電子ゲーム、携帯電話、スマートフォン（スマホ）、タブレット端末などのことをいいます。

現在、乳幼児が電子メディアに触れる機会が、早期化・長期化している傾向があります。電子メディアによる子育ては、子どもの発達を妨げるだけでなく、親が子どもと接する時間も奪われます。電子メディアとの接触を減らし、家族で豊かな時間を過ごしましょう。

### スマホに子守をさせないで

赤ちゃんは泣いたり、ぐずったりして、自分がしてほしいことを伝えます。親が赤ちゃんの求めに適切に繰り返し応じることで、親子の間に安定した愛着が形成されます。

### 親子の愛着を促すかわり

- ◇言葉をかける、話をきく。
- ◇肌のふれあいを大切にします。
- ◇目を見てコミュニケーションをとる。

乳幼児期は心と体の基礎をつくる大切な時期

乳幼児期の子どもは、身近な人との関わり合いや遊びなどの実体験を重ねることで、人間関係を築き、心と体を成長させます。コミュニケーション能力を育むためには、テレビ視聴のような一方通行ではない、双方向のやりとりが欠かせません。

### 5つの提言（参考）日本小児科医学会

- ◇2歳まではテレビやDVDの視聴を控える。
- ◇授乳中・食事時のテレビやDVDの視聴はやめる。
- ◇全ての電子メディアへ接触する総時間を制限することが重要（目安は1日2時間まで）
- ◇子ども部屋にはテレビやDVDプレイヤー、パソコンを置かないようにする。
- ◇保護者と子どもで、電子メディアを上手に利用するルールをつくる。

### 問い合わせ先

こども健康課母子保健担当

☎(580)1978

