

# ここ♡すまいる☺通信 12月号

朝晩の冷え込みがぐっと強くなりました。初めての冬を迎える赤ちゃんもいることでしょう。風邪や体調管理に気をつけてお過ごしください。

忙しい日々を過ごす中で、困ったことや知りたいことなど、どんなことでも、お聴きします。気軽に利用してくださいね。

## 甘えることって、とっても大事

### アタッチメントを知っていますか？

抱っこされたり、なでられたりすると、赤ちゃんや子どもの脳内にはオキシトシンなどの幸せホルモンが沸き立ちます。その「とても心地よい状態」のときに、いつも見聞きする「やさしい声」や「笑顔」が結びついて、アタッチメント（愛着関係）が作られます。子どもはその関係をベースに、外の世界の探索を始めます。赤ちゃんの時期を卒業しても、子どもが不安そうなときは、いつでもぎゅっと抱きしめてあげてください。

愛着関係があるから、少し離れても大丈夫

少し大きくなるとスキンシップが照れくさいお子さんもいます。日常のおしゃべりやあいさつ、ハイタッチなど、何げないかわりも続けていきましょう。

年末年始は、クリスマスや年越しなど、いつもと違う出来事もあります。身近な人たちと、楽しく和やかに過ごしてください。

### 就学前児童親子相談（事前予約）

臨床心理士・公認心理師 入江 輝 先生

ここすまいる大野原 12月10日(水)10時～12時

ここすまいる観音寺 12月22日(月)10時～12時

\* お子さんと一緒に保護者の方だけでも利用可。

ここ♡すまいる☺ 観音寺 TEL 0875-25-2166

ここ♡すまいる☺ 大野原 TEL 0875-54-3055

ここ♡すまいる☺ 豊 浜 TEL 0875-52-5535

申込みや問い合わせは、利用するここ♡すまいる☺まで。お気軽にお問い合わせください。

利用案内や毎月の通信を発信しています

観音寺市 SNS



観音寺市 HP は、こちらから



ここすまひろば みらい 9:30～11:30

ここすまいる大野原 12月 8日(月)

ここすまいる観音寺 12月 19日(金)

ここすまいる豊 浜 12月 23日(火)

赤ちゃんから就学前のお子さん、どなたでも親子で参加できる遊び・交流の場です。時間内であれば、自由に利用できます。

親子 de ここすまいる  
15:30～16:30

今月は、ここすまいる観音寺でも実施します。

☆ここすまいる観音寺 日時 12月15日(月)

場所 観音寺こども園 にこにこ棟 遊戯室

対象 市内在住の2～5歳児親子

☆ここすまいる大野原 日時 12月16日(火)

場所 大野原こども園 すくすく棟 遊戯室

対象 市内在住の3歳児親子

親子で触れ合う楽しい遊びがいっぱい！  
臨床心理士、作業療法士の方と一緒に遊びましょう。  
それぞれのここすまいるに電話等でお申込みください。

## 油断できない かせ

かせは年齢が低いほど、中耳炎や気管支炎、肺炎などを起こしやすくなります。気管の弱いお子さんの場合は、のどがゼーゼーしたり、長引いたりする傾向があります。早めに診察を受けましょう。

### 冬のかぜによくある特徴

せき・鼻水・のどの炎症・発熱

→ 呼吸器系にくるかせ

下痢・おう吐

→ 消化器系にくるかせ

インフルエンザの症状も、急激な発熱とせきや鼻水など、通常のかぜと大きな変わりはありません。流行時は、医療機関を受診し、診断を！

しっかり予防しようね

### 利用について

年末年始 12月27日(土)～1月4日(日)は、お休みです。新年は5日(月)からスタート！

対象者 子どもと保護者、子育てにかかわる人  
\*保護者の方だけでも利用できます。

日時 月曜日～金曜日 9時00分～11時30分  
14時00分～16時30分

☺ 電話での問い合わせや相談は、9時～17時  
いつでも受付ています。



2025年から2026年へ

健康でよい年をお迎えください  
また来年お会いしましょう

