

三次市地域子育て支援センター

DASAIYA 2025.7月

〒728-0021 三次市三次町 1151

Email:miyoshioyakogekijyou@gmail.com

TEL:0824-63-1745

月～土 10:00～15:00

※7/5(土)・日曜日・祝日は休み

Instagram QR コード



○7/2 (水) 11:00～11:30

『おはなしやまのどんぐりん&セタ工作』 **5組**

絵本の読み聞かせ、手遊び歌など

○7/30 (水) 11:00～11:30

『親子で楽しむリトミック♪』 **5組**

のりこ先生と、音楽に合わせて楽しく身体をうごかしましょう！

オンライン

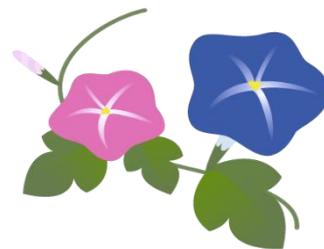
申し込みアドレス

ikuchan-miyoshicity2164@docomo.ne.jp

自宅からリトミックに参加しませんか？

夏祭り

7/22(火)～7/26(土)



暑い夏を楽しみましょう♪

【子育てコラム】

「子どもの睡眠について」

子育て中のママさん、子どもさんのお昼寝や夜の寝かしつけはどのようにされていますか？

月齢や保育園に行ってるなど、環境によっても個人差があると思います。

寝かしつけにも、その子によって欠かせないアイテムや入眠儀式がありますよね。

うちの子の場合は、なぜかベビー布団にセットされてる枕でした。我が家、3人ともがいますが、3人ともなぜか枕が大好きでした。

特に長男は、首が座るか座らないかぐらい(2～3ヶ月)ごろから、枕のひらひらを持って、指をしゃぶりながら寝るのが入眠の儀式でした。

それからとゆうもの常に枕があれば安心して寝てくれたので、お出かける時はいつもカバンに入れてました。

出かける時に忘れてしまうと、すっごくねくじ(三次弁でねぐすり)をかくので、ちよつとしたお出かけのとき、旅行にも忘れずに持って行っていました。

たまに汚れたりして洗濯して干していると、『これはー？、これはー？』と指で枕のひらひらを触る仕草をして訴えてくるので、生乾きの枕を渡すと安心して抱きかかえて眠るのです。

枕のひらひらやふかふかした触感、匂いなどが子どもながらにリラックスしたり、安心する入眠儀式になってたんでしょうね。

保育園に行き始めると、自然になくても大丈夫になっていました。でもあのとき、枕に随分助けられました。

ちよつとしたアイテムがあると、寝かしつけもスムーズで、私自身も安心アイテムでした。

みなさんも、子どもさんのお気に入りアイテムや入眠儀式などあれば聞いてみたいです。

(文責・辰巳美紀恵)