

0歳～未就園のお子さんと保護者のための

# くまちゃん教室



自ら成長しようとする時、子どもは嫌がり、ダダこね、反抗をします。そのことを大人が根気よく導く過程で、自我をしっかり出し、子どもは自己主張と自己抑制（我慢）を学びます。

くまちゃん教室では、基本的な生活習慣（睡眠、食事、排泄等）の大切さや、子どもの心と体の仕組みを知り、「たくましく生きる」「学習の基礎」を親子で一緒に学習します。

日頃「どうして?」「なんで?」が「なるほど・・・」に変わるはず。

お子さん連れで気軽に参加してください。



## ●大切にしたいこと●

- 食事** 食事場面を通して心と身体の土台をつくる
- 睡眠** 睡眠のリズムと子どもの心と身体の関係  
～寝る子は育つ～
- 排泄** 子どもが安心できる排泄体験は心と身体を育てる
- 発達** 乳幼児の心の発達・しつけ・遊び・社会性  
～子育ては3歩進んで2歩下がるくらいが程よい～

**時間** 10:00～11:30（受付 9:45～）

**場所** 熊取ふれあいセンター 3階健康リハビリ室

**対象** 0歳～未就園のお子さんと保護者  
（保護者だけの参加も可）

※お父さん・おじいちゃん・おばあちゃん  
の参加も大歓迎です。

**持ち物** お茶、着替え（おむつ、パンツ）など

**申込不要**

**参加費無料**

うるさくて厳しいけれど、  
**子どもの立場から話をしてくださる**  
地頭所孝子先生を講師に迎えます



日程・テーマは  
裏面をご覧  
ください♪



# 令和8年度 くまちゃん教室 日程表

生活動作を身につける意味(睡眠・食事・排せつ・遊び)  
自己肯定感を育てる 能力を発揮する力が育つ  
学習の基礎能力を育てる

メインテーマ

・入室準備 9:45～  
・開始 10:00～

月	日	曜日	テーマ	サブテーマ
4	23	木	睡眠①	なぜ睡眠のリズムを整えることが大切なのか？
5	14	木	睡眠②	寝かせ方・起こし方について
6	18	木	睡眠③	実習 (快い眠りの導入)
7	9	木	食事①	食べる機能の発達について ～ミルクから離乳完了まで～
8	20	木	食事②	食べさせ方・飲ませ方について
9	3	木	食事③	実習 (口腔機能の発達に合った食べさせ方、飲み方) ※プリン・またはヨーグルト、スプーン・フォーク、飲み物、コップ、乳児用お菓子を持参
10	15	木	排せつ①	排せつの習慣の大切さ
11	12	木	排せつ②	排せつ自立の3段階
12	17	木	排せつ③	実習 (おむつ替えやトイレでの排せつ)
1	21	木	発達①	たくましく生きる土台 愛着と共感の意味
2	18	木	発達②	自我の芽生えと対応の大切さ
3	18	木	発達③	実習 (親子遊び)