

資源物				燃えないごみ・粗大ごみ	
真崎、村松北、舟石川中丸、外宿2	1日・8日 15日・22日	外宿1	12日・26日	真崎、村松北、権現山寮、真砂寮、原子力機構(荒谷台)	2日・16日
船場、照沼	1日・15日	内宿1、亀下	6日・13日 20日・27日	原子力機構(長堀)、長堀寮、舟石川3、外宿1、外宿2、竹瓦	1日・15日
原子力機構(長堀・荒谷台・箕輪)、須和間、フローレスタ須和間	2日・9日 16日・23日	百塚、内宿2、豊岡、舟石川3 竹瓦	6日・20日 13日・27日	緑ヶ丘、南台、豊岡、亀下	6日・20日
緑ヶ丘	2日・16日	舟石川2	7日・14日 21日・28日	百塚、豊白、内宿1、内宿2	5日・19日
白方	9日・23日	南台、川根	7日・21日	白方、岡、原子力機構(百塚)	9日・23日
舟石川1、原子力機構(百塚)	5日・12日 19日・26日	豊白	14日・28日	舟石川1、船場	8日・22日
宿、押延、岡	5日・19日	※各回収日の午前7時から8時30分までに出してください。		宿、川根、照沼、押延、須和間、フローレスタ須和間、原子力機構(箕輪)	13日・27日
				舟石川2、舟石川中丸	12日・26日

燃えるごみ ※祝日の収集も行います。

真崎、村松北、白方、宿、岡、原子力機構(箕輪・百塚・荒谷台)、真砂寮、権現山寮、南台、緑ヶ丘、押延、須和間、川根、照沼、豊岡、亀下、フローレスタ須和間	(毎週)月・木曜日
舟石川1、舟石川2、舟石川3、舟石川中丸、百塚、豊白、原子力機構(長堀)、長堀寮、外宿1、外宿2、船場、竹瓦、内宿1、内宿2	(毎週)火・金曜日

無理せず楽しく伸ばそう！ 子どもの「言葉の発達」

言葉は話すために必要な「脳の働き」を活性化させてあげることが大切です。そのために、
①「元気なからだ」②「安定したところ」③「十分な運動(遊び)」——という3つの要素を、毎日の生活の中で積み重ねていきましょう。
①「元気なからだ」……ご飯(特に朝ご飯)をしつ

●「毎日の生活の中から」
言葉を話すためには、言葉を話すために必要な「脳の働き」を活性化させてあげることが大切です。そのために、
①「元気なからだ」②「安定したところ」③「十分な運動(遊び)」——という3つの要素を、毎日の生活の中で積み重ねていきましょう。
①「元気なからだ」……ご飯(特に朝ご飯)をしつ



子どもの「言葉の発達」について、保健センターでは、
▼1歳6か月児健診時に、「パパ」「ママ」など意味のある単語(有意語)を5つ以上話す▼2歳の

年齢に応じた遊びの例	
1・2歳	<ul style="list-style-type: none"> ●砂遊び・水遊び(触覚を養う) ●階段の上り下り・ボール遊び(身体のいろいろな部分を同時に動かす練習) ●ままごと遊び(大人のまねをして生活習慣を学ぶ) ●リズム遊び・手遊び(身体全体を使う練習、リズム感を養う)
2・3歳	<ul style="list-style-type: none"> ●砂遊び・水遊び・粘土(形が変わることを覚える) ●新聞紙遊び(ちぎる・破く・丸める等、手指のいろいろな動きを覚える) ●積み木遊び・絵を描く(想像力を高める) ●ボールキック・キャッチボール(身体を連続的に動かす練習) ●ぶらんこ(バランス力を鍛える)
3・4歳	<ul style="list-style-type: none"> ●ごっこ遊び(お店屋さんごっこ等) ●お手伝い(テーブルを拭く、タオルを畳む等) ●簡単なお料理(クッキーの型抜き、お団子を丸める等) ●工作(はさみ・のり・テープ等、身近な物の使い方を覚える) ●絵を描く(クレヨン・色鉛筆等、さまざまな道具を使う練習)

③「十分な運動(遊び)」……「子どもは遊ぶのが仕事」と、昔からいわれるように、年齢に応じた遊びは脳や身体に良い刺激を与え、成長・発達を促します。年齢に応じた遊びの例としては、左表のようなものがあります。もし子どもが興味を示さない場合は、無理にさせる必要はありません。子どもが興味を示す遊びを、お父さんやお母さんが一

【問い合わせ】
保健センター(☎282局2797)

「うれいしい」などの気持ち、大人(親)と子どもが共有することが大切です。子どもが興味を示すことに、大人が関心を向けてあげましょう。

●メディアは上手に活用しよう！
幼児期から長時間メディアを視聴する生活を続けていると、言葉の遅れや運動不足、睡眠不足、コミュニケーション能力の低下等を生じさせる恐れがあります。
見ていないときにはテレビを消す、食事しながらのテレビやDVD、スマートフォン等の使用を控える、メディアを視聴する時間を決める(1日2時間までを目安に)など、家庭内でメディアを活用するルールを決めて、上手に活用しましょう。

