

# 子育てきらきら通信

## 夏号

暑さも日々増していき、本格的な夏の季節もすぐそこまで来ているようです。水にさわるのが心地よい季節ですね。キラキラ光るお日さまの下で水遊びや季節の行事など、夏を楽しみながら過ごしていきたいと思っています♪

スタッフ一同、可愛らしい笑顔にお会いできるのを楽しみにしています。

7月~9月  
の予定

保健センターより

ひろばでこんな話をしてくれます!!

## 歯科衛生士より

仕上げみがきはできますか？

歯磨きを嫌がる、口を開けない、時間はどのくらい磨けばいいの？ など、仕上げみがきに関するお悩み、解決のお手伝いをします。

また、大切な歯を虫歯にしないために、必要なおやつや習慣についてもお話します。

その他、歯ならびや癖など、お口に関する個別の相談もお受けします！

## 管理栄養士より

毎日 朝ごはんを食べていますか？

朝ごはんは元気に 1 日をスタートするための大事な食事です。

朝ごはんを食べるとどんなメリットがあるの？  
朝ごはんはどんな内容がいいの？ など  
みなさんにぜひ知ってもらいたいことについてお伝えします。

また、体調を崩したときや食欲の無いときの食事のポイントや簡単レシピについてもお話する予定です。



ぜひ、ご参加ください！



# 親子ひろばの水遊び

各ひろばで水遊びの企画をしています。  
大きなタライの水をすくい、バケツにくんだり、  
手足にかけたり。水の感触を感じましょう♪  
※衛生上、水の中につかる水遊びはできません。



持ち物：タオル・お茶・帽子・着替え  
服装：水着・水遊び用のパンツ  
又は、ぬれてもいい服

## 《水遊びの注意事項》

- ★日差しが強いのでお子さんの日除け対策に心がけて下さい。
- ★日傘は子どもさんに当たると危ないので、控えて下さい。
- ★熱・湿疹などがある場合は参加できません。  
お子さんの体調をよく確認の上、ご参加下さい。
- ★こまめに水分補給をして、お子様と一緒に楽しい時間を過ごしましょう。



## ♡親子ひろばの約束♡

### \*基本のタイムスケジュール

	各ひろば	プラザ会場
午前	10：00～自由遊び	9：30～自由遊び
	11：45～集団遊び	11：45～集団遊び
ランチ タイム	12：00～13：00 【持ち物】お弁当・お茶	
午後	13：00～自由遊び	13：00～自由遊び
	14：45～集団遊び	14：15～集団遊び

※プラザ会場のみタイムスケジュールが  
異なりますので、ご注意ください。

- ① 会場内での飲食は、ランチひろばの時間のみ!
- ② 床面で滑ると危険なので、歩けるお子さんは靴下をぬがせましょう!
- ③ プライバシー保護の為、カメラ・携帯電話による撮影はご遠慮ください。
- ④ 会場内での携帯電話のご使用はご遠慮ください。  
(※緊急を要する場合はスタッフに声をかけてね。)
- ⑤ 貴重品は自己管理でお願いします。
- ⑥ 事故防止は保護者の役割です。

**※お子さんから目を離さないようにしてください。**

☆特別な企画の日には、タイムスケジュールが変わります。

**★お子様の体調をよくご確認の上、ご参加下さい。**

## ランチひろばのお願い

「みんなで食べるとおいしいね!」を合言葉に  
毎日ランチひろばを開催しています。

「食」は子どもの成長にかかせないもので  
すので、栄養を考えたお弁当をご用意ください。  
みんなと一緒に苦手なものも食べられること  
もありますので、頑張ろうとする気持ちをほめてあ  
げましょう。

お子さん一人ひとりによって、食べられる量や好  
みは違うと思いますが、他のお子さんと一緒に食  
べることにご配慮いただき、おやつにあたるもの  
は避けていただくようお願いします。



## 野外親子ひろば

(佐布里緑と花のふれあい公園会場)

※雨天の場合も内容を変更して開催しています。

7月	
14日	自由遊び
28日	水遊び
8月	
4日	水遊び
18日	水遊び
9月	
8日	自由遊び
29日	シールラリー

### 【時間】

10：00～11：30  
予約は不要です!

### 【持ち物】

帽子・お茶・着替え など  
各自必要な物を準備して  
参加してください。

※駐車場は佐布里池の横の  
駐車場をご利用ください。



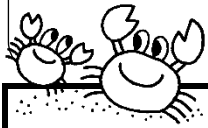
♪各親子ひろばのカレンダーで共通記号を使って紹介しています。

■	□	☆	♡	☀	◎	△	▲	♣
午前中	午前中	10:30~	13:30~	午前・午後 集団遊び中	各ひろばで確認してください。			詳細は 4ページ
家庭児童 相談員	保健師・保育士 栄養士・歯科衛生士	赤ちゃん サロン	ベビー マッサージ	誕生日会	お楽しみ会	外遊び	イクメン 講座	特別プログラム

### 7月~9月の予定♪



7/5 セタ工作  
 9/9 昔のあそび  
 7/29・8/19 水遊び  
 水遊びの詳細は1ページを参照



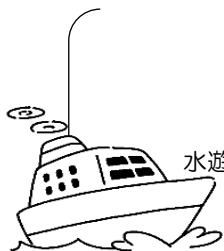
7月				
月	火	水	木	金
				1
4	5 ◎	6	7	8
11	12	♡13 □栄養士	14	15
18	19	□20 歯科衛生士	21	22 ♣
25 ☀	26	27 ■	28	29 △水遊び

8月				
月	火	水	木	金
1	2	3 ☆	4	5
8	9	10 ♡	11	12
15	16	17	18	19 △水遊び
22	23	24 □保健師	25	26 ♣
29 ☀	30	31		

9月				
月	火	水	木	金
			1	2
5	6	7	8	9 ◎
12	13	14 ♡	15	16
19	20	21	22	23 ♣
26 ☀	27	28 ■	29	30



7/5 セタ工作  
 9/15 昔遊び  
 7/12 ♣水遊び  
 水遊びの詳細は1ページを参照



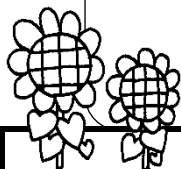
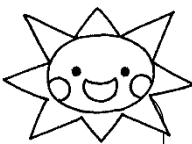
7月			
火	水	木	金
			1
5 ◎	♡6 □栄養士	7	8
12 ♣水遊び	13	14	15
18	19	20 ■	21
26 ☀	27	28	29

8月			
火	水	木	金
2	3	4	5
9 ♣	10	11	12
16	17 □保健師	18	19
23	24	25	26
30 ☀	31		

9月			
火	水	木	金
		1 ☆	2
6	7	8	9
13 ♣	14	15 ◎	16
19	20	21 ■	22
27 ☀	28 ♡	29	30

# 7月~9月の予定♪

**旭南親子ひろば**  
(旭公園体育館会場)



7/5 セタ工作  
8/2 縁日ごっこ  
9/9 お月見工作  
8/25 ♣水遊び  
水遊びの詳細は1ページを参照

7月			
火	水	木	金
			1
5 ◎	6	7 ■	8
12	13	14	15
19	20 ♡	21 ♣	22
26	27	28	29 ☀

8月				9月			
火	水	木	金	火	水	木	金
2 ◎	3	4 □保健師	5 ☆			1 ■	2
9	10	11	12	6	7	8	9 ◎
16	17	18 □歯科衛生士	19	13	14	15 ♣	16
23	24	25 ♣水遊び	26	20	21 ♡	22	23
30	31 ☀			27	28	29	30 ☀

**東部親子ひろば**  
(亥新田公会堂会場)

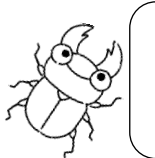


7/26・8/30 水遊び  
8/20 ♣水遊び  
水遊びの詳細は1ページを参照

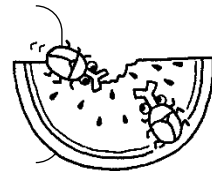


7月			8月			9月		
火	水	土	火	水	土	火	水	土
		2 ♣	2	3 ♡	6			3
5	6	9	9	10 ■	13	6	7	10 ♣
12	13 □保健師	16	16	17	20 ♣水遊び	13	14 □保健師	17
19	20	23	23	24	27	20	21 □21 歯科衛生士	24
26 △水遊び	27 ☆☀	30	30 △水遊び	31 ☀		27	28 ☆☀	

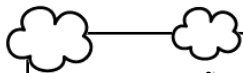
**八幡親子ひろば**  
(青少年会館会場)



7/5 セタ会  
8/26 おたのしみ工作  
9/23 おたのしみ工作

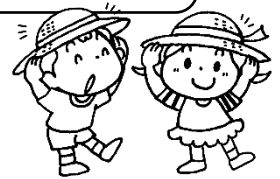


7月			8月			9月		
火	水	金	火	水	金	火	水	金
		1	2	3	5			2
5 ◎	6	8 ♣	9	10	12	6	7 □ 歯科衛生士	9
12	13 ☆	15	16	17	19 ♣	13	14 ☆	16 ♣
19	20	22	23	24 ■♡	26 ◎	20	21	23 ◎
26	27 □保健師	29 ☀	30	31 ☀		27	28 □保健師	30 ☀



# 子育て応援プログラム 7月～9月

それぞれの親子ひろばの特色を生かした、子育て応援プログラムです。  
月に1度、年12回それぞれの親子ひろばスタッフが知恵を絞って、  
親子で楽しく過ごせるように考えています。



## 知多親子ひろば 〈子育て総合支援センター会場〉

テーマ：赤ちゃんと一緒に遊ぼう！

対象年齢：0～12ヵ月のお子さんを中心としますが  
未就園児のお子さんも受け入れます。

開始時間：13：30～14：30

7月22日(金)	双子ちゃんいらっしゃい！
8月26日(金)	教えて離乳食！ 保健センター栄養士 濱田 愛美
9月23日(金)	だいすき♡読み聞かせ！



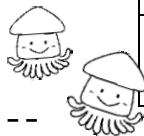
## 中部親子ひろば 〈ふれあいプラザ会場〉

テーマ：体を使って遊ぼう

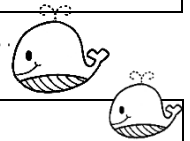
対象年齢：2～3歳児

開始時間：11：00～

身体をいっぱい動かしますので、  
水筒・タオルをお持ちください！



7月12日(火)	水遊びをしよう！ 【持ち物】詳細は1ページを参照
8月9日(火)	音を楽しもう！
9月13日(火)	タオルで遊ぼう！ 【持ち物】バスタオル



## 旭南親子ひろば 〈旭公園体育館会場〉

テーマ：四季を感じながら親子で遊ぼう

対象年齢：未就園児

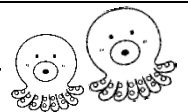
集合場所：室内ひろば

開始時間：表内に記載

※日程によって、開始時間が異なります。

※雨天の場合は室内ひろばに遊びに来てね！

7月21日(木) 11:30～	シャボン玉をしよう！ ※中庭へ移動
8月25日(木) 11:00～	水遊び！ 【持ち物】詳細は1ページを参照 ※芝生広場へ移動
9月15日(木) 11:30～	ペットボトルを使って楽しもう！ ※中庭に移動



## 東部親子ひろば 〈亥新田公会堂会場〉

テーマ：ファミリープログラム

対象年齢：0～3歳児

開始時間：13：30～14：45

家族みんなで遊びましょう！



7月2日(土)	七夕飾りを作ろう！
8月20日(土)	水遊びをしよう！ 【持ち物】詳細は1ページを参照
9月10日(土)	小麦粉ねんどで遊ぼう！ 【持ち物】ボウル・汚れてもいい服

## 八幡親子ひろば 〈青少年会館会場〉

テーマ：高校生のお姉ちゃんと遊ぼう！

対象年齢：0～3歳児

開始時間：12：10～13：00(7月・9月)  
10：00～13：00(8月)

知多翔洋高校の生徒さんが来てくれます。一緒にお弁当を食べて、ふれあい遊びをしましょう。

7月8日(金)	12:10～ ランチ 12:40～ 片づけ
9月16日(金)	12:45～13:00 ふれあい遊び
8月19日(金)	10:00～12:00 自由遊び・片づけ 12:10～ ランチ 12:40～ 片づけ 12:45～13:00 ふれあい遊び



# 親子育児

## 子どもの自己主張と向かい合う

何でも「ジブンで!」「イヤ!」と自己主張が高まる1歳半から2歳の頃は、大人を困惑させ、手を焼く時期です。その状態をとらえて「いやいや期」と呼ぶ人もいます。今月号は、子どもの自己主張にどのように向かい合ったらよいかをみんなで考えたいと思います。



### — 自己主張ってホント大変! —

自己主張することは、安心して自分の気持ちが出せる力ですので、子どもが自分を作っていくプロセスの中でとても大切だと言えます。しかし、1歳半~2歳の頃は、かたくなに自分の思いをつきつけてくるので、大人をてこずらせる時期でもあります。

親子ひろばには、この自己主張の時期をどう乗り越えたらいいかわからなくて困ったという声がたくさん届いています。

お風呂に入るのもイヤ。食事に座るのもイヤ。靴を履くのもイヤ。一日中このイヤに追いかけ回されると、親の方もイヤになる。いつまで続くのかなあ、このイヤイヤ期。就園が近づいているので、生活リズムを整えたいのに、思うように動いてくれない我が子に母はイライラ。どのように対処すればいいのでしょうか。

魔の2歳児ってよく言うけど本当にそうですね。最近は、「遊び食べ」っていうか、椅子から自分で降りて、おもちゃで遊びだします。なんとかつかまえて座らせるのですが、私の方が根負け状態です。



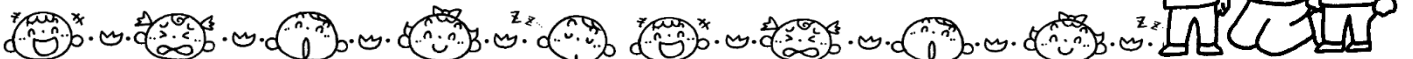
どこまで子どもの要求を聞いてあげたらよいか分からなくて、疲れてうまく言い聞かせる余裕がなくて、ついハイハイと聞いてしまおう。でもうまくできない自分がダメだなあと責めてしまうんですね。

1歳までは、好き嫌いなく食べていたのに、野菜は全く食べなくて。あ〜んと口に入れようとすると、怒るんです。どうしたら食べられるようになるのか上手な仕上げの仕方、誰か教えて!

親子ひろばに行くとすぐにお友達のオモチャを取り上げてしまおう。叩いてしまうこともあるし…いつもトラブルばかりでイライラする。まわりにどう思われているか心配で…

## 「しつけ」を通して大きくなる! の気持ちを育てる

自己主張する力も大切だけど、時には我慢したり、お友達に譲ったりできる子になってもらいたいですね。どの子どもにも、かっこいい自分になりたい、誇らしい自分になりたいという気持ちがあるのです。それを時には叱ったり、褒めたり、諭したりしながら、社会の中で他者と生きられる自分をつくっていけるように導いていくのが「しつけ」です。少しずつ我慢したり、譲ったりできるような社会性を育てる営みです。それには、ママたちが子どもとしっかり向きあって、言い聞かせる力が必要になります。





## ここからはじめてみませんか？

大声で泣きぐずっている時に、話を聞きなさいと言い聞かせるのは、時間と労力がとてもいります。大人の方がめげてしまって、まあ放っておこう!という投げやりな気持ちになることもあります。そのあきらめに近い気持ちの積み重ねは、「あなたは我慢できないダメな子よ!」というメッセージにもなりかねません。「あなたはお兄さんになれる、お姉さんになれる」、「やれば出来る子、ママはそう信じている」というメッセージを送りたいものです。

### ——— 子どもと向かい合うこと、ここから始めてみませんか。 ———

#### ① 子どもの正面から声をかけましょう

子どもにどの方向から声をかけているか振り返ってみましょう。案外後ろから声をかけていることあるのではないのでしょうか。子どもに言い聞かせをする時は、必ず正面から向かい合い、目線を合わせましょう。手を握ったり、肩を抱きしめて、ママの話を聞いてねと真剣さを伝えましょう。

#### ② まずは泣きやんでから…

「ママの顔を見て! ちゃんとお話したいから」と伝えてください。最初は、更に大きな声で泣いて「聞きたくない!」メッセージを出してくるかもしれません。でもあきらめないで、「ママ、泣きやんでからお話する。待っているから…」と伝えましょう。泣きやんで話を聞こうとする姿勢が見えたら、「お姉さんになった、ママ嬉しいよ」と、いっぱい誉めてあげましょう。最初は時間がかかるかもしれませんが、繰り返していけば、だんだん泣きわめく時間は短くなっていくでしょう。

#### ③ 目を見てしっかり約束、 反応を確認しよう

「ちゃんとお座りをしてご飯食べる子がお姉さんだと思う。〇〇ちゃんはお姉さんだからきっとできる」「今日はスーパーでお菓子は買わない。大声で泣きわめくのは赤ちゃんだよ。我慢できる?」「お友達も使いたいんだって、お兄ちゃんだから貸してあげられるかな」「大きくなるにはなんでも食べる。1口なら食べられるかな」ママは、「君ならきっとできると思う」と、大きくなりたい気持ちを揺さぶりながら、曖昧な言葉は使わず、わかりやすい言葉で、具体的な約束をしましょう。そして、お子さんがどう受け止め行動に移そうとしているか、その反応を確認して下さい。

#### ④ やろうとしている姿勢を おおげさに誉めよう

子どもには順応性があります。お母さんの気持ちが前向きに変われば、子ども自身だって、かっこいい自分、誇らしい自分になりたいと思っていますから、必ずママの気持ちは伝わります。少しずつ我慢できるお兄さんになろうという姿勢が見えたら、思いきり褒めてあげて下さい。昨日までの君は、大声で泣いて話を聞こうとしなかった。でも今日の君は、ちゃんと自分でやろうとしている。お兄さんになってママもすごく誇らしい。そんなふうに褒められたら、子どもはもっと頑張るに違いないでしょう。

## ふれあい遊びのご紹介

### ～昔のわらべ歌～



#### かわいい魚屋さん

ソソミソ	ララソミ	ソラララ	ドドラソ	ララソミ	ソラララ
かわいい	かわいい	さかなやさん	ママごと	あそびの	さかなやさん
ミミレド	レミソラ	ソソミレミ	ドドラソ	ララソミ	ソラソミレ
こんちは	おさかな	いかがでしょ	おへやじゃ	こどもの	おかあさん
ラーソーラ	ドラソミ	ソドララソラ			
きょうーは	まだまだ	いりません			



おかあさんが足をのばし  
お子さんに向かい合わせに  
座らせませす  
歌をうたいながらひざを曲げたり  
のばすことで上下にゆらします  
お子さんの表情を見ながら動きに  
強弱をつけましょう  
お家で一緒にあそんでね♪



# 事務局だより

## MaMa Café でホッと一息♪

お茶や手づくりのおやつでホッと一息しながら  
親子で自由に遊んでお友だちをみつけたり…  
ママ同士、楽しく情報交換しませんか。



※今年度より月曜日の開催です。

### ★ねっとMURA★ (佐布里保育園の横)

下記月曜日 10:00~12:00

7/4・11・25

8/1・8・22

9/5・12・26

☆参加費は親子で300円☆  
(コーヒー・お菓子代含む)

▲事前予約はいりません。

お好きな時間に直接お越しください。

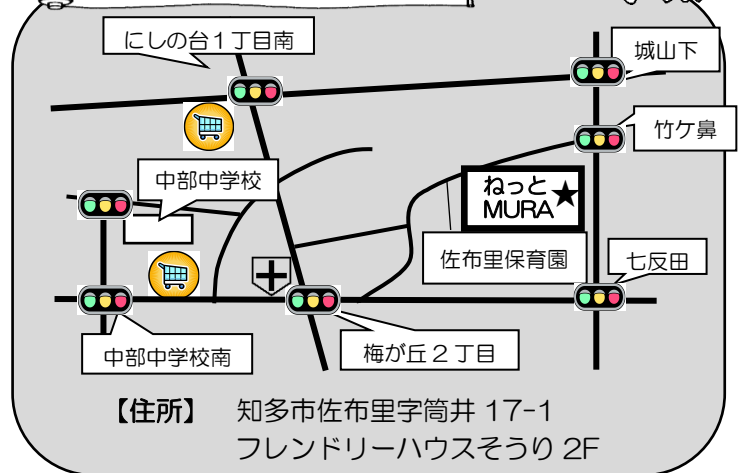
## MY企画募集中!!

MY企画ってなに? - MY企画とは文字通り!  
自分で企画して、みんなで楽しんじゃおう♪  
と言うのがMY企画!!

詳しくは…  
ホームページ(<http://kira2net.jimdo.com>)



### ねっとMURAの地図



## ベビーマッサージ予約受付日



電話受付日〈先着順〉 ☎090-4466-6811

— キャンセルの場合はこちらへご連絡下さい。 —

時間 9:30 ↓ 11:30	7/4(月) 5(火)	8/1(月) 2(火)	9/1(木) 2(金)	10/3(月) 4(火)
開催会場	開催日 (各日 13時30分~14時30分)			
知多ひろば	8/10(水)	9/14(水)	10/12(水)	11/9(水)
中部ひろば		9/28(水)		11/30(水)
旭南ひろば		9/21(水)		11/16(水)
東部ひろば	8/3(水)		10/5(水)	
八幡ひろば	8/24(水)		10/19(水)	

対象: 生後2か月~歩く前

先着 10名

参加費: 実費300円

(オイル・防水シート代込)

持ち物: バスタオル

お電話の際、

- お子さんの名前
- 保護者の方の名前
- ご連絡先

などを確認させていただきます。

おかけ間違いのないようにお願いします。

☆上記日程を過ぎた場合は各ひろばへ直接お越しいただき、ご予約してください☆



発行 特定非営利活動法人 地域ぐるみで子育て・子育ての会 こころん

ホームページ 【きらきら net】 親子ひろばの情報・日程など掲載しています。

<http://kira2net.jimdo.com/>

発行日 平成28年 6月25日

お問い合わせ 同事務局 090-4466-6811

