

子育て支援者講習会

9月11日にさくらんぼtantokuruセンターを会場に子育て支援者講習会を開催しました。

近年送迎援助のニーズが多いことから、援助活動の際の交通安全について東根市生活環境課交通安全専門指導員よりお話をいただきました。子どもを安全に送迎するために気を付けること、チャイルドシートやジュニアシートの正しい取り付け方について学びました。

また、年々変わる子育て支援施策について現在の東根市の現状を東根市子育て健康課係長奥山紳哉氏よりお話をいただきました。東根市の現状を捉えることでファミ・サポが担う役割を再認識しました。午後からは、子どもの遊びとは何か…遊びによって育つもの、遊びの中の大人の役割について学びました。座学の後、みんなで手作りおもちゃを作りました。

ファミ・サポ活動がより安心安全なものになるように協力会員のみなさんにはこのように講習会を受講して活動していただいています。



子どもの命を守る！救急講座

10月31日(水)にさくらんぼtantokuruセンターを会場に救急講座を開催します。

小児と成人両方の救急救命を学ぶことができます。AEDの使い方、心肺蘇生法などいざという時に役に立つ命を守る方法を東根市消防本部より指導して頂きます。

この機会にぜひご参加ください。

日時 平成30年10月31日(水) 9時～12時  
場所 さくらんぼtantokuruセンター  
ミーティングルーム6・7  
定員 20名  
託児 10名(要申込)  
参加費 無料  
申込 子育て支援センター窓口または、電話でお申し込みください。(0237-43-0731)

みんな でぎゅ!

さくらんぼtantokuruセンターには、子育て支援センター、ファミリー・サポート・センター、遊びセンター(けやきホール)の子育て3(SUN)センターがあります。各センターが太陽(SUN)のようにあたたかく子どもたちの成長を見守っています。「みんなでぎゅ!」は3(SUN)センターとみなさんをつなぐ通信です。

けやきホール



8月3日(金)に、東根市さくらんぼ国際交流協会との共催で、「ドイツのゲームで遊ぼう!」を開催しました。東根市国際交流員ベロニカさんと国際交流協会の村上さん、ゆかりさんと一緒に、ドイツ発祥のボードゲームで遊びました。「スティッキー」「ベルをならせ」「虹色のへび」の3種類のボードゲームは小さい子から大人まで一緒にあそべる簡単なゲームです。初めての子どもたち同士もゲームを通して意気投合。「おもしろそう!」「まぜて!」「いいよ!」の言葉が飛び交い盛り上がりました。けやきホールではボードゲームを常時楽しめるように、様々な種類を用意しています。遊びに来た時はぜひ挑戦してみてくださいね。10月28日(日)にも「ドイツのゲームで遊ぼう!」の第2弾を開催します。けやきホールで思いっきりボードゲームを楽しみましょう!



東根市さくらんぼtantokuruセンター

利用時間 9:00～18:30  
休館日 毎月第2水曜日(8月は第4水曜日)、1月1日  
WEB <http://www.tantokuru.jp>  
〒999-3796 山形県東根市中央1丁目5番1号  
TEL 0237-43-1155 FAX 0237-41-2232

- 子育て支援センター  
●ファミリー・サポート・センター  
TEL 0237-43-0731  
FAX 0237-43-0732  
メール [popotan@tantokuru.jp](mailto:popotan@tantokuru.jp)
- 遊びセンター(けやきホール)  
TEL 0237-43-0733

# 子育て支援センター

## テーマトーク

子育てサロンでは月に一度子どもと一緒に聞くことが出来るお母さん方の学びの場として“テーマトーク”を開催しています。

時には講師を招いてお話をいただいたり、ママ達同士お話ししたり、普段ママ達が疑問に思っていることを実践を兼ねて検証したり、作ったりと内容は様々です。

今年度のテーマトークを振りかえってみます。



大好評!

### ● 5月…先輩ママの話

サロンを卒業したちょっと先行く先輩ママに1日の過ごし方や子育てで大事にしていること、パパに協力してもらい嬉しかったことなどをお話していただきました。



### ● 4月…ぺちやくちや day

グループにわかれ、ママたち何でもぺちやくちや話をしてスッキリしてもらおうという企画です。  
離乳食の話、どこに買い物行ってる?、保育施設のこと、お誕生日のお祝いする方法など色々なテーマでグループトークを楽しみました。



### ● 6月…歯の話

山形県歯科衛生士会の歯科衛生士の小野博子氏を講師にお招きし、歯みがきの仕方やフッ素について教えていただきました。ママ達の質問にも答えていただきました。

これからのテーマトークの予定は、

- 9月…Craft day  
みんなでフォトフレーム作りを楽しみました。
- 10月…ママ達のリラックスタイム  
サロン利用者ママを講師に迎え簡単な顔のマッサージを教えてくださいます。
- 11月…こんな時どうしてる?  
子どもが具合の悪いときどうしてる?をテーマにママ達同士でグループトークします。

### ● 7月…気をつけよう こんなこと

事前アンケートをもとに家の中で気をつける所やこんなときはどうするかなどをみんなで話しました。また抱っこ紐の正しいつけ方を実践を兼ねて再確認しました。



大好評!

### ● 8月…幼児食・離乳食 について

東根市子育て健康課管理栄養士武田恵氏を講師にお招きし、離乳食の進め方、幼児食の作り方などを含め、ママ達の疑問にも答えていただきました。



## NEWS

### たっちサロン進化中!

毎週火曜日に開催している、6ヵ月～12ヵ月児対象のたっちサロンでは、ねんねの時期から、はいはいやたっちに向け活発に動き出す時期。「登ってみたい」、「くぐってみたい」そう思える環境をサロンの時間をつくるように意識し、小さいおもちゃではなく、トンネルやハイハイマウンテンなど身体を動かせる遊具を準備しています。前回興味があなかったことが次回には興味津々、そんなこともあります。色々なことに挑戦できるたっちサロンだけでなく、あかちゃんサロン、よちよちサロンもどんどん進化していきますので楽しみに。

## いつも遊戯室に来てくれる親子の1日

子育て中のママから「他のママは、子どもとどんな風に1日を過ごしているのか聞いてみたい」という声を耳にします。

そこで、子どもの月齢もそれぞれ違う3人のママから1日の過ごし方を聞いてみました。

吹き出しはスタッフからのメッセージです。

### あやとくん (2才) すずはちゃん (7ヵ月) とママの1日

- 6:30 すずはちゃん・ママ起床、家事
- 6:50 あやとくん起床
- 7:15 パパ出勤
- 7:30 朝食
- 8:25 あやとくん保育園へ  
家事(洗濯、洗いの)
- 9:00 すずはちゃんお昼寝、自分の時間
- 10:00 おでかけ(タントクルセンター、買い物、実家などへ)
- 12:00 昼食、お昼寝
- 13:30 おでかけ(タントクルセンター、お買い物など)  
または家でゆっくり
- 14:30 すずはちゃんお昼寝、夕食の支度、自分の時間
- 16:25 お兄ちゃん保育園迎え
- 18:00 夕食
- 19:45 すずはちゃん・あやとくん・ママお風呂
- 20:00 パパ帰宅、家事
- 22:00 就寝

お出かけ、遊んで身体を動かしているから、お昼寝のリズムができ、その時間に家事や自分の時間をもてらるんですね♪



### ●この生活リズムになって子どもとママが変わったこと

パパが仕事の時、私1人で子どもを見るのがちょっと大変なので、私の姉を連れてタントクルセンターに遊びに行っています。パパや周り人がとても子育てに協力的で大変助かっています。子ども達も私も楽しく過ごしています。

### まひろくん (1才2ヵ月) とママの1日

- 5:00 ママ起床、家事
- 5:30 まひろくん起床
- 6:00 パパ出勤
- 7:00 ママとまひろくん朝食
- 7:30 ママ家事  
遊ぶ
- 9:30 タントクルセンターへ
- 10:00 「よちよちサロン」に参加♪
- 12:00 タントクルセンターにて昼食
- 14:00 帰宅  
一緒にお昼寝できるのが理想…
- 15:30 おやつ、あそび
- 17:00 まひろくん夕食
- 18:00 ママとお風呂
- 18:30 寝室でまったり  
(本の読み聞かせ or 少しだけ遊ぶ)
- 19:30 まひろくん就寝  
夕食の準備
- 20:30 パパ帰宅
- 21:00 パパとママ夕食  
家事(洗濯2回、洗濯物たたみ、食事片付け、明日の子どもの準備など)
- 22:30 パパとママ就寝  
夜中何度も目を覚ます…

早く就寝できるのは、午前中いっぱい遊んで夕飯、お風呂の時間を早くしているからですね♪



### ●この生活リズムになって子どもとママが変わったこと

とにかく早起き!太陽が昇ると起き、沈むと眠る!を心がけています。タントクルセンターに来て気づいたことは、お友だちと遊ぶ時に見せる我が子の行動がとてもおもしろい!家では見ることができない姿がそこにはあり、関わる年代によって、表情・動き・遊び方が全く違うということです。大好きなタントクルセンターで私はママさん達とお話しして気分をリフレッシュ、子どもはお友達と関わり合える時間を楽しめてどんどん成長している。子どもの成長には、とっても大切な子ども同士の関わり合い、子どもと大人の関わり合い、大人同士の関わり合いをタントクルセンターで経験、体験をするようになり子どもの世界、私の世界観が楽しく動き始めました♪

### りのちゃん (3才)、りんたろうくん (9ヵ月) とママの1日

- 6:00 ママ起床・お弁当作り・朝食準備
- 6:30 子ども起床・朝食
- 7:00 パパ出勤
- 8:00 身支度・清掃
- 8:45 りのちゃんを児童センターへ送る
- 9:00 タントクルセンターへ行き支援センターや  
けやきホールに遊びに行く
- 11:00 帰宅
- 11:30 昼食
- 12:00 りんたろうくんお昼寝  
夕食の準備  
一緒にお昼寝
- 15:00 りのちゃんお迎え  
タントクルセンターへ遊びに行く
- 17:00 帰宅
- 18:00 夕食 子どもと遊ぶ
- 19:00 一緒にお風呂
- 20:00 寝かしつけ
- 21:00 家事・明日の準備・パパの弁当、朝食の仕込み
- 22:00 自分や夫婦の時間
- 23:30 就寝

この時間に夕食の準備をしているから夕方ゆっくり遊ぶことができるんですね♪



夫婦の時間をもてたり、朝の時間に余裕をつくるためこの時間に明日の準備をしているんですね♪

### ●この生活リズムになって子どもとママが変わったこと

- ・お昼寝が出来るようになった
- ・自分の時間が増えて2人の子どもやパパに優しくなれた

### ●メッセージ

・親子共々、いつも楽しく利用させて頂いています。これからも沢山利用させて頂いています♡