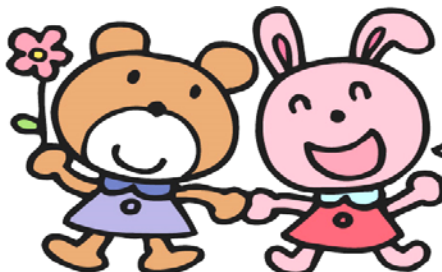




# にこにこ通信



就学前乳幼児（0～5歳児）のおられる家庭の子育て支援を行っています。  
ふれあいの場、出会いの場、学びの場として、たくさんの方に利用していただきたい  
と思っています。ぜひ、みなさん気軽に、遊びに来て下さいね。



## 自由利用について

月～金曜・土（月2回） 午前9時～午後3時

★自由に遊び来て下さいね。



梅雨期は誰でも疲れやすくなります。主な原因は、温度差です。  
多めに服を持って出かける、すぐに上かけられる布団を用意しておくなど、  
こまめに体温調節をしましょう。また、食生活、食中毒にも注意しましょう。



## 食中毒予防3原則



### つけない

食品を触る前にしっかり  
手洗いをしましょう。  
また、二次汚染を防ぐ  
ために、まな板は食材別に  
使い分けるのがおすすめ！



### 増さない

梅雨時の独特の暑さと  
湿気で食品は、驚くほど  
早く痛みます。  
できるだけ早く冷蔵庫に  
入れましょう。



### 殺菌する

しっかり加熱しましょう。  
細菌は、75℃以上で1分以上  
ウイルスは85℃以上で1分以上  
加熱することによって、  
ほとんど死滅します。



## 食中毒の予防となる成分とそれらが含まれる食品の一例

アリシン  
にんにく  
たまねぎ

有機酸  
うめぼし  
お酢

カテキン  
お茶

ポリフェノール  
ココア

リモン  
柑橘類

☆多可町子育てふれあいセンター <Email>[kosodate@town.taka.lg.jp](mailto:kosodate@town.taka.lg.jp)

〒677-0114 多可町八千代区仕出原 353

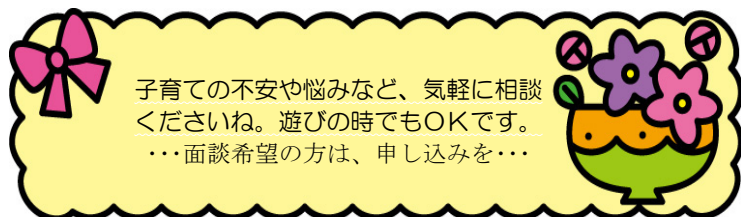
〈TEL/FAX〉(0795) 37-2525

# 6月の予定

★天候等により、活動場所・内容が変更になる場合があります。変更内容については、ホームページで、確認することができます。<http://takacho.tokyo.r-cms.jp/kosodate/>

日	月	火	水	木	金	土
				1	2 ★平日交流会計画会 子育てふれあいセンター	3 自由開放 子育てふれあいセンター
4	5 ・食育C 子育てふれあいセンター ★育児体験授業 多可高校	6 ・おやこ活動 (H27) 旧中町幼稚園	7 ・おやこ活動 (H28) 旧中町幼稚園	8 ・にこにこ教室 (H23～26) エーデル芝生広場	9 ★親子あそび 中児童館付近の畑	10
11	12 ★育児体験授業 多可高校	13	14 ・おやこ活動 (H28) 旧中町幼稚園	15 ・おやこ活動 (H26) 中児童館	16	17
18 父の日	19 ・ほかほかC 子育てふれあいセンター	20 ・おやこ活動 (H27) 交流会館	21 ★育児体験授業 多可高校	22 ・にこにこ教室 (H23～26) 子育てふれあいセンター	23 ★親子あそび 安坂公民館	24 自由開放 子育てふれあいセンター
25	26 ★赤ちゃん広場 子育てふれあいセンター ★レクリエーション授業 多可高校	27 ★命の授業 松井小学校	28	29 ・おやこ活動 (H26) 余暇村公園	30 ★学習会 八千代プラザ	

★「年度別おやこサークル活動」「自主サークル活動」「にこにこ教室」の内容については、在宅家庭配布の『ほかほかたより』をご覧ください。



子育ての不安や悩みなど、気軽に相談  
ください。遊びの時でもOKです。  
…面談希望の方は、申し込みを…

## 家庭相談員にも相談できます

子どもの成長や発達に関すること、家庭をはじめ子ども  
を取りまく生活環境に対する悩みなど、子どもに関する  
あらゆる相談があれば、お気軽にご連絡ください。  
こども未来課 教育委員会 電話 32-2385

## 土日家族交流会【アウトドア遊びを楽しもう… 中区奥中児童公園】より



みんなでこいのぼりを作りました。



たくさんのこいのぼりが出来ました。



パパと一緒に竹馬作り☆



さあ、登山へ出発だ！



頂上で大声で叫んだよ。



家庭から持ち寄った野菜でサラダ・ドレッシング作り、  
棒焼きパンやフランクフルトを焼いてみんなで  
おいしく食べました。





# 活動のお知らせ



保育園・幼稚園がお休みの時は、いつでも遊びに来てね。



## ☆親子あそび・・・誰でも参加できます。申込不要

と き : 6月9日(金) 10:00~11:30  
 ところ : 中児童館付近の畑(中児童館集合)  
 内 容 : 「さつまいもの苗植え」

\*秋の収穫を楽しみに、さつまいもの苗植え体験をしましょう。

持ち物 : お茶、帽子、軍手、スコップ

【雨天時】アスパルであそびます。

と き : 6月23日(金) 10:00~11:30

ところ : 安坂公民館(中区安坂)

\*葬儀等で使用できない場合は、アスパルに変更します。

内 容 : 「地域の方とふれあい遊び」

\*季節の簡単おやつ(わらびもち)を作ります。

持ち物 : お茶

## 赤ちゃん広場

と き : 6月26日(月) 10:30~11:00

ところ : 子育てふれあいセンター

内 容 : ・身体測定

・スキンシップあそび

・おはなししましょう

その後センターで自由遊び

\*誰でも参加できます。気軽にお越しくださいね。

## ☆学習会 ...申込必要

と き : 6月30日(金) 10:00~11:30

ところ : 八千代プラザ

内 容 : 発達障がいってなあに?

~知ることから我が子の子育てを見つめましょう~

講 師 : (医療福祉センターきずな 院長)

常石 秀市氏

いろいろなタイプの子どもの特徴やかかわりを知ることから、我が子と向き合う機会になればと思います。



## ☆北播磨地区子育てフェスティバル・・・申込必要

定員:10組

と き : 6月30日(金) 10:00~11:30

ところ : Miraie(西脇市茜が丘複合施設)

~内 容~

第1部 西脇市お母さんボランティアによるお楽しみ会

第2部 運動会

持ち物 : お茶、汗ふきタオル

\*現地集合(9:40)となります。参加申し込みの上、気をつけてお越しください。

【申込み・問合せ】

多可町子育てふれあいセンター

37-2525



## 授業協力(小・中・高)のおねがい



## ☆命の授業 ...申込必要

と き : 6月27日(火)

ところ : 松井小学校

内 容 : 小学校6年生「命の授業」に協力

10:15 集合 説明

10:50 ふれあい体験

11:25 授業修了

\*ご協力よろしくお願いします。

## ☆育児体験学習 ...申込必要

と き : 7月10日(月)・11日(火)

10:15 集合 10:45~11:35

ところ : 八千代中学校

\*また、詳細については7月のお便りで、お知らせします。ご協力よろしくお願いします。

## ☆多可高校授業協力 ...申込必要

### ●保健授業「育児学習」

と き : 6月 5日(月) 10:30 集合 10:50~11:40

6月12日(月) 10:20 集合 10:40~11:25

6月21日(水) 10:30 集合 10:50~11:40

ところ : 多可高校

持ち物 : お茶、母子手帳(可能な方)

### ●福祉授業「レクリエーション学習」

と き : 6月26日(月)

10:30 集合 10:50~11:40

ところ : 多可高校

持ち物 : お茶

\*ご協力よろしくお願いします。

# 子育ては「手をかけ」「時間をかけ」

## 子どもの個性はいろいろ

我が子の育ちについて、悩んでいる親の声を聞くと、多くの場合「育てにくい」という意識が非常に強いと感じます。ほかの子が「はい」と言うところで言わないとか、お母さんのそばから離れようとはしないとか、ささいなことで泣き始めてとまらないとか、それがなかなかおさまらないときに、「育てにくさ」を感じてしまうようです。

しかし、子どもは、みんなちがった個性を持っています。よく泣く子もいます。こだわりの強い子もいます。オムツのはずれない子もいます。

乳幼児期は、親にとって「手がかかってしょうがない」というくらいが普通なのです。

いまの社会全般がそうなのですが、できるだけ手間をはぶいて、できるだけ早くやる方がいいことだと、思いすぎているような気がします。けれど、育児の面で言えば、「早く」「手間なく」はよくないのです。手をかけ、時間をかけ、子どもが成長するのを待てることが大切なのです。子どもは、親が自分に喜んで手をかけてくれることで、「信頼」や「思いやり」を学ぶのです。

### ◆感情コントロールが苦手な子

感情をコントロールする方法を学び、人と折り合いをつけていくためには、自己肯定感が必要なのです。自分を自分で評価できるからこそ、他人をもたいせつにし、感情をコントロールして折り合っていこうと思えるのです。自己肯定感を高めるためには、「あなたはあなたのままでいい」という親からの受容が欠かせません。確かにこのような子は、集団行動で迷惑をかけるでしょう。そのままでいいはずはないと、親だからこそ思ってしまうことでしょう。けれど、その思いを乗り越えて、親からの承認を出発点にすることが大切なのです。

### ◆引っ込み思案の子

人に対して構えすぎるのは現代人に特徴的な傾向です。人に対する不安感を取り除くことは、家庭の中で自然に学んでいくべきことです。それは、まずお母さんに対してリラックスできること、安心できることから始まります。そこがしっかり固まっていないことには、他人に対してリラックスすることはできないのです。

参考図書 「育てにくい子」と感じたときに読む本

著：佐々木正美（主婦の友社）



6月の学習会は、加西市にある医療福祉センター「きずな」院長の常石先生に、「発達障がいってなあに ～知ることから我が子の子育てを見つめましょう～」をテーマにお話していただきます。

障がいの有無に関係なく、いろいろな子どもの特性とそのかわりを知ることで、子どもへの適切な「手のかけ方」を学ぶ機会になると思います。ぜひ、ご参加ください。