



多可町子育てふれあいセンター

2018年

12月

# 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、遊びに来てくださいね。



## 自由利用について

月～金曜・土（月2回） 午前9時～午後3時

★自由に遊び来てくださいね。



## 活動あれこれ



### 「アスパルきっず・オープンセレモニー」11月1日



### 親子あそび「葉っぱあそび・焼き芋」 （多可西脇交流）11月6日 中央公園



### 「親子バス旅行・神戸空港、どうぶつ王国」11月9日 南児童館、アスパル、子育て 出発～神戸



子育ての不安や悩みなど、  
気軽に相談くださいね。  
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ね。

こども未来課 教育委員会 電話 32-2385

☆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

# 12月の行事

★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	3 ・おやこ活動 (H30) 旧中町幼稚園 ・食育 C 子育てふれあいセンター	4 ・おやこ活動 (H27) 旧中町幼稚園	5 ・おやこ活動 (H28) 子育てふれあいセンター	6 ・おやこ活動 (H29) 旧中町幼稚園 ・おとはな C 子育てふれあいセンター	7 ・にこにこ教室 (H24～27) 旧中町幼稚園	8
9 ★クリスマス 親子コンサート リーベリエン	10 ★いきいき広場 旧中町幼稚園	11 ★親子あそび 交流会館	12	13	14 ・にこにこ教室 (H24～27) 交流会館	15
16	17 ・おやこ活動 (H30) 子育てふれあいセンター ・ぼかぼか C 子育てふれあいセンター	18	19 ★学習会 子育てふれあいセンター	20 ★親子クリスマス会 交流会館	21	22 自由開放 子育てふれあいセンター
23 天皇誕生日	24 振替休日	25 ★赤ちゃん広場 子育てふれあいセンター	26	27	28	29
30	31					

★「年度別おやこ活動」「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『ぼかぼかたより』をご覧ください。

## 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。



## 親子クリスマス会

と き：12月20日（木）10：00～13：00

ところ：交流会館

申込み必要



プレゼント交換もするよ!

昼食は・・・  
さつまいもたっぷり  
シチュー

持ち物：おわん(シチュー用)、スプーン、おにぎり、お茶、トレイ(あれば便利です)  
プレゼント(200円程度) \*食べ物不可

参加費：大人100円 子ども50円 \*H29・30年度生まれのお子さんは無料





## ☆クリスマス親子コンサート

・・・申込必要(先着40組程度)

と き : 12月9日(日) 10:30~12:00

受付 10:10~10:25(時間厳守)

ところ : エーデルささゆりチャペル

\*詳細については、チラシをご覧ください。

## ☆いきいき広場・・・自由に遊びに来てね!

「旧中町幼稚園で遊ぼう!」

と き : 12月10日(月) 10:00~11:30

ところ : 旧中町幼稚園

遊戯室や園庭で自由に遊べる日です。

それぞれの親子のペースでゆったりと楽しい時間を過ごしましょう。

## ☆親子あそび・・・誰でも参加できます。申込不要

と き : 12月11日(火) 10:00~11:30

ところ : 交流会館

内 容 : 「おもちつき」

持ち物 : お茶

\*臼と杵で本格的なおもちつきを体験しましょう。

## ☆学習会・・・申込必要

と き : 12月19日(水) 10:00~11:30

ところ : 子育てふれあいセンター

内 容 : 「園の先生、先輩ママさんと座談会」

10:00~10:45 園の先生の話

「入園に向けて心の準備」

10:45~11:30 先輩ママさんとお話しましょう

\*入園前の不安や疑問の解消につながるような機会にしたいと思っています。

まだ、入園されない方も、ぜひご参加ください。

## 赤ちゃん広場

と き : 12月25日(月)

申込不要

ところ : 子育てふれあいセンター

10:00~10:30 身体測定

10:30~11:00 スキンシップあそび

情報交換

11:00~ フリートーク

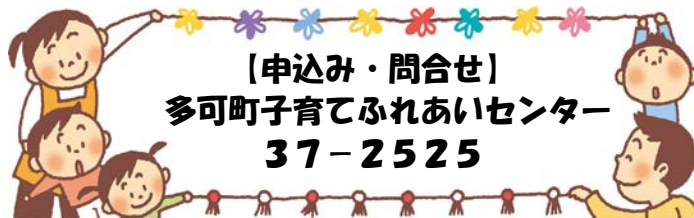
\*誰でも参加できます。気軽にお越しください。



◆ボールプール用のボールが、たくさん必要です。  
おうちで使わなくなったボールがありましたら、  
ご提供ください。

◆牛乳パックを集めています。ご協力いただける方は、  
中をきれいに洗って開かずにとってきてください。

よろしくお願いします



【申込み・問合せ】

多可町子育てふれあいセンター

37-2525

■年末年始について■

12月29日(土)~1月3日(木)は休館です。



### ぐりとぐらのおきやくさま

作 : 中川 李枝子

絵 : 山脇 百合子

出版社 : 福音館書店

おなじみ「ぐりとぐら」のシリーズの中からクリスマスにぴったりの絵本です。

森の中で、雪合戦をしていたふたりが見つけたのは、大きな足跡。その足跡をたどって行き、着いたのが何と自分達の家。ドアを開けてみると、大きな長靴、そして真っ赤なオーバー……。順番にたどっていくと、段々誰がいるのかわかってきます。そのときどき感が子ども達にはたまらないでしょう。そして、やっぱり美味しそうなエンディングです。

# 自分の気持ちに向き合いながら子育て

## イライラを認め、原因に気づこう

子どもが抱っこしてほしい、遊んでほしいと必要としてきたときには、できるだけ受け入れてほしいのですが、どうしてもできないときや、そういう気持ちになれないときがあります。そんなときは、「今は、お料理中だから」「用事をしているからお話できないの」と、わかりやすく言葉でできない理由を伝えてください。親の事情を受け止める経験は、子どもにとって大きな学びになると思います。ただし、ママの状況が変わったり、気持ちが落ち着いたりしたときには、「さっきはごめんね」とギュッと抱きしめ「今から〇〇しようね」など、補うようなかわりをしてください。

無理に笑顔を作って向き合うよりも、イライラしている自分を認めて、素朴な言葉で説明することは、子どもに対して感情的にならない方法のひとつになります。また、大人自身が気持ちを大切に、気持ちをていねいに扱うことをおろそかにしてはいけないことだと思うのです。

日々が忙しく、気持ちが不安定なら、その状態を認めて、その原因を探ることは、よりよく生きるために重要です。また子育てするうえでも、とても大事です。感情が表に出るのは、人間らしさの表れですから、時に大きな声をあげたり、涙を流したりしても、そんな自分を責めずに、今、どうしてそうなっているのか、考えていけるほうがよいと思うのです。

ただし、子どもと二人きりで部屋にいて声を荒げるような場面になったら、状況はどんどんエスカレートする可能性があります。核家族で暮らしていると、「まあまあ」となだめてくれるストッパー役がいないので、ママは自分で感情をコントロールせざるを得ません。気持ちが高ぶり、もし子どもに手をあげたくなってしまうと、その思いをほかに向けなければなりません。たとえば、顔を洗うとか誰かに電話するとか、自分の気持ちのおさめ方（クールダウンの方法）をいくつか持っておきましょう。

また、もし叱りすぎたようなことがあっても、終わったことをずっと思い悩まず、そこから気分が変わるように意識し、切り替えができるようになることは、人生における大事な術です。つらいときや大変なときには、恥ずかしいとか情けないと思わず、自分の大変さを素直に誰かに話しましょう。

今の時代の子育ては、誰にとっても簡単ではありません。ママは「いい子育てをしよう」なんて気負わずに、正直に話せる場所や時間を持ってください。

『マメ先生が伝える 幸せ子育てのコツ』

著：大豆生田 啓友（赤ちゃんとママ社）

## 学習会「アンガーマネジメント～怒りをコントロールして子育て上手に～」(11月16日)

### 参加者の感想より

- はじめて「アンガーマネジメント」という言葉を知りました。毎日毎日イライラして怒ってばかりでした。今日から1回でも衝動で怒らないようにしてみたいと思います。点数をつけてみたら、意外としょうもないことでイライラしたり、怒ったりしていたんだなと思いました。
- 育児をしていく中で、イライラすることが増えてきています。そのときに“～すべきだ”という自分の中にある観念をゆるく、自分の気持ちに余裕を持っていきたいです。
- 自分の中の怒りの感情の源を今まで見たことがなかったので、なかなか難しかったです。怒りは自分の中にある、自分の「べき」と他人の「べき」があるので、許容範囲を広げていきたいなと思いました。