



多可町子育てふれあいセンター  
**にここ通信**

2025年  
  
 3月

子育てふれあいセンターは・・・

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・であいの場・まなびの場として、たくさんの方に利用していただきたいと思います。  
 ぜひ、みなさん気軽に、遊びに来てくださいね。

**利用時間について**  
 月～金・日曜（土曜・祝日・年末年始除く）  
 午前9時～午後4時  
 ★うんどろひろばは改修工事中です



多可西脇親子交流会

**親子でふれあひあそび**

～ココロもぼかぼか ミルみるなかよし～

2月21日（金）

多可町と西脇市の子育て支援センターが、毎年それぞれの市町で1回ずつ開催しています。今回は、多可町子育てふれあいセンター「ココミル」で開催しました。  
 知らないママ同士でも、いろいろなゲームをして大笑いするうち、みるみる仲良しになっていましたよ♡



「多可町と言えば・・・」「西脇市と言えば・・・」を出し合い、情報交換しました。



オープニングは「おとはな」による手遊び、ペープサート「はたらくくるま」、人形劇「おおきなかぶ」で盛り上がりました。



風船あっちいけゲーム

自分の陣地に風船が少ない方が勝ちです。



大人も童心にもどる紙吹雪。とってもきれいでした。



最後はみんなで大きな輪になり、肩たたきゲーム。お互いに「育児、お疲れさま」



子育てに悩んだ時は・・・

子育てふれあいセンター  
**職員**

子育てに関する悩み  
 ちょっと誰かと話したいな...  
 気軽にお越しください！

こども未来課  
**家庭支援員**

家庭や子どもを取りまく  
 生活環境の悩み など  
 ☎ 3 2 - 2 3 8 5

アスパルきっず ☎ 3 2 - 5 1 2 1

**保健師**

子どもの成長や  
 健康に関すること

**栄養士**

離乳食や子どもの  
 食生活に関すること

気軽に相談に行けますよ！

☆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)

〒679-1114 多可町中区岸上 224-17 TEL:(0795)32-2816 / FAX:(0795)32-2817

# 3月の行事

★活動場所・内容の変更、臨時休館等のお知らせは、HPまたはLINE公式アカウントをご覧ください。

ホームページ



LINE公式アカウント



日	月	火	水	木	金	土
2	3	4 ・R3～4年度生まれあつまれ～ 「感覚あそび」 子育てふれあいセンター	5	6 ・古着屋たかつ子 C 子育てふれあいセンター	7 ・R5～6年度生まれあつまれ～ 「思い出の製作」 子育てふれあいセンター ☆ReUse会 → 子育てふれあいセンター	1 8
9 ・れもんの木 C 子育てふれあいセンター	10 ☆赤ちゃんひろば 子育てふれあいセンター	11 ・R3～4年度生まれあつまれ～ 「思い出の製作」 子育てふれあいセンター	12	13 ☆西脇多可親子交流会 「防災について学ぼう」 Miraiie こどもプラザ	14 ・古着屋たかつ子 C 子育てふれあいセンター	15
16	17 ・ぼかぼか C 子育てふれあいセンター	18 ☆みんなのひろば 「おおきくはったね おいかい会」 子育てふれあいセンター	19	20 春分の日	21 ・R5～6年度生まれあつまれ～ 「お話ししよう」 子育てふれあいセンター	22
23 ☆子育て応援特別講演会 「あそびうたライブ」 交流会館	24	25 ☆ベビーマッサージ 子育てふれあいセンター ☆マタニティひろば 子育てふれあいセンター	26 ♥2 か月教室 アスパル	27 ・ユニキッズ C 子育てふれあいセンター	28 ☆おでかけひろば 加美プラザ ☆てととひろば 子育てふれあいセンター	29
30 ☆さくらんぼサークル (多胎児サークル) 「思い出の製作」 子育てふれあいセンター	31	★「年度別親子あつまれ～」「自主サークル活動」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。				

## 日曜日の活動です！

### ☆子育て応援特別講演会…申込必要（チラシあり）

とき：3月23日（日）10:30～11:30

ところ：交流会館

内容：あそびうたライブ  
～かば☆うまさんとあそぼう～

講師：あそびうたユニット かば☆うま  
\*オリジナルの楽しいうたにあわせて、親子でいっぱいふれあいましょう。

### 多胎児サークル「さくらんぼサークル」活動のお知らせ

#### 「思い出の製作」

とき：3月30日（日）10:00～11:30

ところ：子育てふれあいセンター

持ち物：お茶

\*1年を振り返りながら、記念のカードを作りましょう。

ボランティアサークル「古着屋たかつ子」

#### 「ReUse会」

とき：3月7日（金）～13日（木）

9:00～16:00

\*土曜日は、休館のため、「ReUse会」はありません。

ところ：子育てふれあいセンター

\*開催期間中も、リユース品の持ち込みができます。

\*詳細は、チラシをご覧ください。

ボランティアサークル

## れもんの木

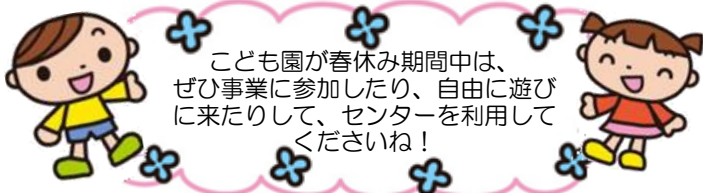


医療的ケア児・難病の子どもとその家族の居場所です。詳しいことを知りたい方は、センターへご連絡ください。

とき：3月9日（日）10:00～11:30

ところ：子育てふれあいセンター

内容：お話ししましょう



こども園が春休み期間中は、ぜひ事業に参加したり、自由に遊びに来たりして、センターを利用してくださいね！

赤ちゃんが参加できます！



☆赤ちゃんひろば・・・申込不要

と き : 3月10日(月) 10:00~11:30  
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  
情報交換・フリートーク  
持ち物 : 母子手帳



★今月のゲストサポーターは・・・★

あひさまにこにこクリニックの看護師さんです。

\*都合により変更になる場合があります。

☆ベビーマッサージ・・・申込不要

と き : 3月25日(火) 10:00~11:30  
と ころ : 子育てふれあいセンター  
講 師 : 藤原 彩美さん  
(わらべうたベビーマッサージインストラクター)  
持ち物 : バスタオル・レジャーシート(一人用)  
水分(ミルク・お茶 など)



\*予防接種後48時間は、できませんので、  
気をつけてください。

誰でも参加できます！



☆西脇多可親子交流会・・・申込必要

と き : 3月13日(木) 10:30~11:30  
と ころ : Miraie どもプラザ  
内 容 : 防災について楽しく学ぼう  
参加費 : 一家族 200円  
持ち物 : おにぎり、お茶、お箸等各自必要なもの  
レジャーシート  
\*西脇市の親子のみなさんと、防災について  
学びながら、交流しましょう。  
\*防災かまどベンチで作った豚汁と一緒に、  
食べましょう。

☆おでかけひろば・・・申込不要

と き : 3月28日(金) 10:00~11:30  
と ころ : 加美コミュニティプラザ  
持ち物 : お茶  
\*プラザ前の花壇のお花を地域の人たちと  
一緒に植えたり、近くの桜を見に行ったり  
して、春を感じながら遊みましょう。

☆てととひろば(発達相談の日)・・・申込必要

と き : 3月28日(金) 10:00~11:30  
と ころ : 子育てふれあいセンター  
講 師 : 市位 葉子さん(学校心理士)  
\*いっしょに遊びながらお子さんの様子を見  
て、アドバイスしていただきます。

☆みんなのひろば・・・申込必要

と き : 3月18日(火) 10:00~11:30  
と ころ : 子育てふれあいセンター  
内 容 : おおきなたね おいおい会  
持ち物 : お茶、お米(一家族1合)  
\*子どもたちの成長をお祝いしましょう。

プログラム

- \*ステージショー  
R5~6年度生まれ「スキンシップあそび」  
R3~4年度生まれ「手あそび」
- \*お祝いミニコンサート & スライドショー  
出演: ママのあったか音楽隊
- \*ふれあいあそび
- \*寄せ植え体験
- \*おにぎりパーティー

申込みは、すべて  
こちらからできます。



おすすめ絵本

はなをくんくん



「はなを くんくん」  
文 ルース・クラウス  
絵 マーク・シーモント  
訳 きじま はじめ  
出版社 福音館書店

「ほとんほとんは なんのおと」  
作 神沢 利子  
絵 平山 英三  
出版社 福音館書店



センターの【えほんのへや】をぜひご利用ください。  
本の貸出もしていますよ。

マタニティひろば

妊婦さん同士、おはなししましょう。

と き : 3月25日(火) 10:00~

と ころ : 子育てふれあいセンター



ボランティアサークル「ユニキッズ」

と き : 3月27日(木) 13:00~15:00  
と ころ : 子育てふれあいセンター  
内 容 : お話ししましょう



# 体験講座 幼児の体幹づくり 1月22日(水)



講師：宇仁菅 千佳 氏  
(理学療法士)

今回、参加された歩き始めたお子さん～3歳までのお子さんが、寝返りをした・ハイハイ、ずり這いした・歩いた月齢、発達で気になることなどをお母さん達から聞き取りをし、それらの課題に効果のあるスキンシップや運動を教えてくださいました。

歩き出してから発達に関するトラブルがある子は、0歳時期で、発達の課題をやり残していることがあります。発達の課題をクリアしていると、歩き出してからも転びにくい身体づくりにつながったり、小学生になってからの学習にも影響したりしてきます。



## 歩き出しが早い・ハイハイをあまりせずに大きくなった場合は？

ハイハイをすることで、背骨のS字カーブをつくりながら、腰周りや体幹の筋肉を育てています。腰や体幹の筋肉が育っていないのに、大人が座らせてしまうと、背骨に負担がかかり猫背になります。ハイハイが少なかった子・猫背の子は、何歳からでも、ずり這いやハイハイをたくさんさせましょう。ハイハイの延長線上に歩行があります。また、高速ハイハイは、体幹が安定しないので、ハイハイのスピードが上がれば上がるほど、走るのが速い子に育ちます。

## オススメの遊び方

### いろいろな高さのトンネルくぐり

ボディイメージとトンネルの高さが合っていない子はおでこが当たってしまう。いろいろな高さをくぐる経験ができる環境づくりが大切。手の力が弱い子は、ワニ歩き→でんぐり返し→ワニ歩きで斜面を下から上る。ワニ歩きができない子は、大人が腰または脚を支える→手の力がついてくると、前に進めるようになる。

### 口がよく開いている子には？

お口周りの筋肉を刺激しながら、感覚を入れていくことも大切。口が開く原因が、身体の反りが原因の事もあるので、顔以外にも、腕や手の平を触ったり万歳させたり、お腹や足の裏・背中などを順番にさすりながら身体を温めることも大切です。



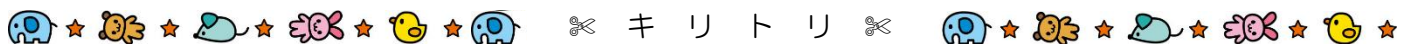
子どもにバスタオルを握らせませす曲がるときにバランス感覚が必要

ココミルから

## 改修工事終了のお知らせ

センター駐車場が使用できるようになりました！うんどうひろばは、芝生養生中のため、まだ遊べません。もうしばらくお待ちくださいね。

また、センター前道路は引き続き工事中ですので、ガードマンの誘導に従い、気をつけてご来館ください。



子育てふれあいセンターへのご意見、おたよりの感想など、自由に記入いただき、お寄せください。事業・活動の参考にさせていただきます。 ☆センターの“にこにこポスト”に入れてね！