



栃木市地域子育て 包括支援センターだより 平成30年1月号

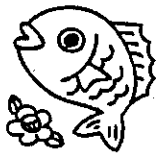
編集発行
 栃木市地域子育て包括支援センター（大宝東児童館内）
 栃木市総二丁目4-5 ウイングプラザ2階
 (TEL077-551-2370)
 栃木市地域子育て支援センター金勝（金勝児童館内）
 栃木市御園983 (TEL077-558-3527)
 栃木市地域子育て支援センター治田東（治田東児童館内）
 栃木市安養寺190 (TEL077-554-6115)
 栃木市地域子育て支援センター
 （治田西カナリヤ第三保育園内）
 栃木市小柿一丁目7-36
 (TEL077-553-3907)

あけましておめでとうございます。今年も子どもたちの成長を一緒に見守って
 いけるよう、職員一同がんばります！
 本年もどうぞよろしくお願いいたします！

一緒に考えましょう こ・そ・だ・て



～子どもいろいろ 子育ていろいろ～
 子育てに正解はありません。困ったり、悩んだり、迷ったり
 イライラしたり、そんな気持ちを誰かに伝えてみませんか？



◆相談日時◆
 相談時間 月～土曜日 9:00～17:00（※日曜・祝日・年末年始はお休み）
 TEL 551-2370（大宝東児童館内）
 TEL 558-3527（金勝児童館内）
 TEL 554-6115（治田東児童館内）
 相談時間 月～土曜日 8:30～17:00（来園の場合は9:00～）
 TEL 553-3907（治田西カナリヤ第三保育園内）

※相談は子育て全般、秘密は厳守します。専門的なことは専門機関を紹介します。

地域子育て支援センター開館時間：9:00～17:00

児童館名	電話番号	月	火	水	木	金	土
大宝東	551-2360	○	○	○	○	○	○
金勝	558-3527	○	○	○	○	○	○
治田東	554-6115	○	○	○	○	○	○

児童館開館時間：10:30～17:00

葉山	553-8796	休	○	○	休	○	休
葉山東	552-6149	休	○	休	○	○	休
治田	551-1431	休	○	休	○	○	休
治田西	554-1035	休	○	○	休	○	休
大宝	551-1950	休	○	○	休	○	休
大宝西	552-7240	休	○	休	○	○	休

「やりたい！」を見守る子育て

台所に立っているとそばを離れなかったり、「一緒にやりたい！」と言われたりすることは
 ありませんか？時間や気持ちにゆとりがあれば「やってみる？」と一緒にしてみることが
 あっても、いつもそうとは限りません。子どもができることを考えたり、お手伝いのため
 の下準備が大変で面倒になったり、危なっかしい手つきに「もういいよ」と言いたくなること



もありがちです。ところが、子どもが小学生くらいになると「すすんで
 お手伝いして」と思うようになるのです。「すすんでお手伝いする力」
 はお手伝いが習慣化されて成り立ちます。小さな頃からの大人の
 見守りと準備のもと、お手伝いをする力が育つのです。

＜お手伝いの効果～親にも子どもにもいい効果～＞

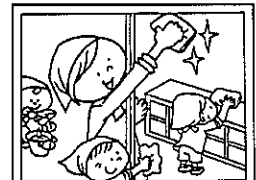
- ☆**自信がつく** 「ありがとう」の一言で、人の役に立つ嬉しさを実感し、やり遂げた達成感
 は自信につながります。
- ☆**考える力・工夫する力が育つ** 「どうすれば上手にできるか？早くできるか？」
 「今何をすればいいか？」考えながら工夫するようになります。
- ☆**よく気がつく、行動に移せる** いつもしていることが自然と身につくようになります。
- ☆**責任感が芽生える** 役割は「自分が必要とされている」という責任感を育てます。
- ☆**親子のコミュニケーションが高まる** 子どもと向き合う時間が増え、子どもの成長を
 みることで、大人と一緒にすることで少し難しいことも挑戦しようとする力をつける
 ことができます。

＜お勤めのお手伝い～できそうなことを見極めて少しずつレベルアップ！～＞

- お手伝い初期①** おもちゃを箱に入れる・オムツをとってくる・ごみをゴミ箱に入れる
- お手伝い初期②** 野菜を洗う・おはしを並べる・食べた食器を台所に持っていく
- チャレンジ期①** 洗濯物を取り込む（洗濯ばさみから外してかごに入れる）・かきまぜる・こねるな
 どの料理のお手伝い・拭き掃除（窓・床など）
- チャレンジ期②** たまごを割る・ピーラーを使うなど少し難しい料理のお手伝い・お米とき・簡単
 な食器洗い（自分のお箸・コップなど）・玄関などの掃き掃除
- 後期①** ご飯をよそう・包丁を使う・机を拭く・上靴を洗う・洗濯物を干す
- 後期②** できそうなことを毎日の役割にしてみる（新聞を取ってくる・お風呂掃除・花の水やりな
 ど）

＜ポイント＞

- 大人は我慢！** はじめは上手にできないものです。時間が
 かかったり、失敗したりしたとき、「自分がやった
 ほうが…」と思う気持ちをグッと押さえて、気長に見守ってあげてください。
- 「ダメ！」は最小限に** 危険なことには「ダメ」が必要かもしれませんが、予め周囲を見回してお
 き、準備しておくことで言わずに済みます。「やる気」をそがないように「ダメ」
 は少しで。
- 失敗しても「ありがとう」** 大人の思惑どおりにできなくても、失敗しても「やろうとしてくれた」こと
 に「ありがとう」と伝えてあげましょう。うまくできていなくてやり直したいと
 きは、子どもに気付かれないようにこっそりしましょうね。



子育て講座のお知らせ

※ いずれの講座も本人（家族）分のみ、先着順にて受付、定員になり次第しめ
 ぎります。
 ※ 講座の内容は市フェイスブックでも確認していただけます。

◆ヘアカット◆

日時：1月29日（月）10:30～11:30 受付10:00～
 場所：治田児童館 プレイルーム
 場所：きれいやプラスワン美容室 久保 美子さん
 内容：自宅で簡単にできるヘアカットの方法やコツなど
 対象：市内在住の未就園児親子
 持ち物：水分補給用のお茶やオムツなど必要と思われる物
 定員：20組
 参加費：無料
 持ち物：水分補給用のお茶やオムツなど必要と思われる物
 申込期間：1月15日（月）～19日（金）9:00～17:00まで



◆音楽コンサート◆

日時：2月15日（木）10:30～11:30 受付10:00～
 場所：ひだまりの家
 （住所：栗東市十里399-3 電話：077-552-1000）
 講師：マミーズバンド 奏
 内容：親子で楽しめる音楽コンサート
 対象：市内在住の未就園児親子
 定員：40組
 参加費：無料
 持ち物：水分補給用のお茶やオムツなど必要と思われる物
 申込期間：2月1日（木）～2月8日（木）9:00～17:00
 ※ 駐車場は十里グランドをご利用ください。

上記講座の申込み、問い合わせは・・・

地域子育て包括支援センター（大宝東児童館内）
 TEL 551-2370
 FAX 551-2330（問い合わせのみ）

背すじピンッ！で 元気！

寒いとつい背中を丸めてしまいますね。でもそ
 れでは、心臓や胃、腸などが活発に働いてくれ
 ません。また、乳幼児期は背骨や、背骨を支
 える筋肉が発達する大切な時期。強い骨と筋
 肉を作るためにも、よい姿勢で過ごすことを心
 がけましょう。背すじピンッ！は気持ちいいば
 かりでなく、健康にもよい影響を与えるのです。

