



栗東市地域子育て 包括支援センターだより 令和元年 11月号

編集発行
栗東市地域子育て包括支援センター（大宝東児童館内）
栗東市地域子育て支援センター治田東（治田東児童館内）
栗東市地域子育て支援センター金勝（金勝児童館内）
栗東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）

朝晩に肌寒さを感じる季節になりました。衣服や寝具を見直し上手に体温調節をしましょう。日ざしを感じる日中に体を動かし、夜はぐっすり眠って元気に過ごしましょうね。

地域子育て支援センター・児童館 開館日時

施設名	所在地	電話番号 (FAX)	開館日	開館時間
大宝東児童館 地域子育て包括支援センター	総二丁目4番5号 ウイングプラザ2階	551-2360 551-2370 (551-2330)	月～金	9:00～17:00
治田東児童館 地域子育て支援センター治田東	安養寺190番地	554-6115 (554-6116)	火・水・金 土	10:30～17:00 9:00～17:00
金勝児童館 地域子育て支援センター金勝	御園983番地	558-3527 (558-3527)	火・木・金	10:30～17:00
葉山児童館	高野568番地1	553-8796 (553-8796)	火・水・金	10:30～17:00
葉山東児童館	小野480番地1	552-6149 (552-6249)	火・木・金	10:30～17:00
治田児童館	目川871番地1	551-1431 (551-1431)	火・木・金	10:30～17:00
治田西児童館	小柿一丁目 10番10号	554-1035 (554-1066)	火・水・金	10:30～17:00
大宝児童館	総六丁目 13番10号	551-1950 (551-1950)	火・水・金	10:30～17:00
大宝西児童館	盤仙寺四丁目 2番66号	552-7240 (552-7240)	火・木・金	10:30～17:00

※国民の祝日、年末年始は休館です。

子育ての悩み、気軽に話してみませんか？

◆相談日時◆（※日曜・祝日・年末年始はお休み）

相談時間 月～金曜日 9:00～17:00
TEL 551-2370 (大宝東児童館内)
相談時間 火・水・金曜日 10:30～17:00
土曜日 9:00～17:00
TEL 554-6115 (治田東児童館内)
相談時間 火・木・金曜日 10:30～17:00
TEL 558-3527 (金勝児童館内)
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)



◆子育て相談巡回予定◆ 10:45～12:00

火 大宝東児童館 大宝西児童館 治田児童館
水 大宝児童館 治田東児童館 葉山児童館
木 葉山東児童館
金 治田西児童館 金勝児童館

※ 相談は子育て全般、秘密は厳守します。専門なことは専門機関を紹介します。
※ 今後、巡回曜日は変更する場合があります。

子育て講座「就園にむけて」より

元気に園に通うために

- ①早寝・早起き・1日3食・排便の習慣をつけましょう。
 - ・睡眠—1日10時間くらいの睡眠をとりましょう。
 - ・食事—朝食は1日のエネルギー源となります。必ず食べてから登園しましょう。
 - ・排泄—毎朝、排便の習慣をつけましょう。
- ②子どものやる気を育てましょう。
 - ・出来る喜びを味わえるようにしましょう。
 - ・子どもは遊びから学びます。
 - ・片付けも丁寧に教えていきましょう。
 - ★大切なのは親子で「一緒に」することです。
- ③ものを大切にすることを育てましょう。
 - ・子どもが自分の持ち物だと分かるようにしましょう。
- ④日々子どもとの対話を大切にしましょう。
 - ・聞いてもらえる経験が話したい気持ちを育てます。
- ⑤あいさつをする習慣をつけましょう。
- ⑥交通ルールや社会のマナーを知らせ、守りましょう。
 - ★親と一緒に行動する今こそチャンスです！
 - 日々のつみ重ねで習慣づけましょう。

「〇〇出来ないと言えないよ」
は言わないでください。
園は楽しいところですよ♪

子育て講座「イヤイヤ期について」より

イヤイヤ期の特徴

- ・なんでもイヤイヤと言う
- ・自分でなんでもしたい
- ・もの与人へのこだわりが強くなる
- ・なんでも自分の思い通りにしたい
- ・独占欲が強くなる

具体的な姿
・着替えを嫌がる
・水をわざとこぼす
・同じ服ばかり着たがる
・お気に入りの物がないと機嫌が悪い

イヤイヤ期の正体は脳だった！？

2歳児は自我が急速に育つ時期である一方、自分の欲求を抑制する動きを担う前頭前野は未発達状態です。これが魔のイヤイヤ期が起こる正体です！
3歳児になると、少しずつ感情のコントロールが可能になります。

イヤイヤ期とうまく付き合うには？

- ・まずは共感し子どもの気持ちを受け入れましょう。
- ・気持ちを切り替えられるような言葉かけをしましょう。
- ・先の見通しや代替え案を提示しましょう。
- ・自分で選ばせましょう（2択の中からなど）。
- ・子ども自身に考えさせましょう。（「どうしたらいいと思う？」と問いかける）
- ・「けじめ、メリハリ」をこころがけましょう。



※ 本人（家族）分のみ、先着順にて受付、定員になり次第しめきります。
※ 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。
※ 子育て講座はBIWA-TEKU参加イベントです。
※ 午前7時以降に暴風警報、特別警報が発令されている場合子育て講座は中止となります。

◆産後ヨガ◆

日時：11月22日（金）10:30～11:30
受付10:20～

場所：大宝西児童館
内容：体を動かしてリフレッシュを図る
講師：一般財団法人 日本マヨガ協会 小林 順子 氏
対象：市内在住の2ヶ月～よちよち歩きまでのお子さんと保護者
定員：15組 参加費：無料
持ち物：お茶、ヨガマットかバスタオル、汗を拭く用のタオル
申込期間：11月12日（火）～15日（金）9:00～17:00
※定員に達しない場合は受付を継続します。（土曜日を除く）
申込み・問い合わせ：栗東市地域子育て包括支援センター（大宝東児童館内）
TEL:551-2370（電話・来館受付）
FAX:551-2330（問合わせのみ）

◆子育て世代のためのマネー講座◆

日時：12月5日（木）10:30～11:30
受付10:20～

場所：治田東児童館
内容：子育てにかかるお金の知識を学ぶ
講師：大津財務事務所
対象：市内在住の未就園児親子
定員：30組 参加費：無料
持ち物：お茶など各自必要と思われるもの
申込期間：11月19日（火）～22日（金）9:00～17:00
※定員に達しない場合は受付を継続します。（土曜日を除く）
申込み・問い合わせ：栗東市地域子育て包括支援センター（大宝東児童館内）
TEL:551-2370（電話・来館受付）
FAX:551-2330（問合わせのみ）

親子で作ろう！「おから餅」

かんたんレシピ おからでお腹もスッキリ♪

【材料】
・生おから 100g
・青のり 大さじ1
・片栗粉 大さじ2
・塩 小さじ1/2
・和風だし 小さじ1/2
・水 1/2カップ
・オリーブオイル 大さじ1

【作り方】
①ボウルに、生おから・青のり 片栗粉・塩・和風だしを入れ 少しずつ水を入れながら耳たぶ くらいの硬さになるまでこねる。
②①を適量ずつ丸め、小判型にし たら、オリーブオイルを温めた フライパンで両面きつね色に焼 き上げる。

★0歳児★
平成30年4月2日以降生まれ

★1歳児★
平成29年4月2日～
平成30年4月1日生まれ

★2・3歳児★
平成27年4月2日～
平成29年4月1日生まれ

◆児童館 11月の設定活動日程◆ ※詳細は各児童館にてお知らせします。

児童館	日	時間	対象	活動内容	持ち物	申込み
金勝児童館	19日(火)	10:45~11:15	1歳児親子	冒険に行こう		
	21日(木)	10:45~11:15	0歳児親子	冒険に行こう		
	22日(金)	10:45~11:15	2・3歳児親子	冒険ごっこをしよう		
	29日(金)	14:15~15:00	3~5歳児親子	おりがみタイム「クリスマスかざり」	あり	あり
葉山児童館	6日(水)	10:45~11:15	0歳児親子	親子でスタンプあそび	あり	あり
	8日(金)	10:45~11:15	1~3歳児親子	親子でスタンプあそび	あり	あり
	15日(金)	14:30~15:00	3~5歳児親子	おりがみタイム「プチケーキ」	あり	
葉山東児童館	12日(火)	10:45~11:15	1~3歳児親子	秋みつけ	あり	あり
	14日(木)	10:45~11:15	0歳児親子	秋みつけ	あり	あり
	26日(火)	14:15~14:45	3~5歳児親子	おりがみタイム「サンタクロース」		
治田東児童館	15日(金)	14:30~15:00	3~5歳児親子	おりがみタイム「くるくる落ち葉」		
	19日(火)	10:45~11:15	1歳児親子	親子でリズムあそび		あり
	20日(水)	10:45~11:15	0歳児親子	親子でリズムあそび		あり
	22日(金)	10:45~11:15	2・3歳児親子	親子でリズム体操		あり
治田児童館	5日(火)	10:45~11:15	1~3歳児親子	おりがみタイム「サンタクロース」	あり	
	19日(火)	10:45~11:30	1~3歳児親子	クリスマス制作	あり	あり
	21日(木)	10:45~11:15	0歳児親子	クリスマス制作	あり	あり
治田西児童館	27日(水)	10:45~11:15	0歳児親子	クリスマス手作りおもちゃ	あり	あり
	29日(金)	10:45~11:30	1~3歳児親子	クリスマス制作	あり	あり
	29日(金)	14:30~15:00	3~5歳児親子	おりがみタイム「クリスマス」	あり	あり
大宝児童館	22日(金)	10:45~11:30	1~3歳児親子	クリスマス制作	あり	あり
	27日(水)	10:45~11:15	0歳児親子	クリスマス制作	あり	あり
	29日(金)	14:15~14:45	3~5歳児親子	おりがみタイム「クリスマス」	あり	
大宝東児童館	13日(水)	10:45~11:15	0歳児親子	クリスマス制作	あり	あり
	15日(金)	10:45~11:30	2・3歳児親子	クリスマス制作	あり	あり
	19日(火)	10:45~11:30	1歳児親子	クリスマス制作	あり	あり
	22日(金)	10:45~11:30	2・3歳児親子	おりがみタイム「サンタクロース」	あり	
大宝西児童館	19日(火)	10:45~11:30	1~3歳児親子	電車ごっこ		
	21日(木)	10:45~11:15	0歳児親子	お散歩ごっこ		
	28日(木)	14:15~14:45	3~5歳児親子	おりがみタイム「クリスマスかざり」	あり	あり

※ 各児童館の設定活動は、準備の関係上定員を設けております。
 ※ 持ち物、申込みが「あり」の場合は、各館にて詳細をお問い合わせください。
 ※ 電話での申込みはできません。来館にてお申込みください。

《各児童館によって、開館日・開館時刻が異なります。詳細は表面をご覧ください。》
 ・地域子育て包括支援センター（大宝東児童館内）は月曜日から金曜日まで開館しています。（9:00~17:00）
 ・地域子育て支援センター治田東（治田東児童館内）は火、水、金（10:30~17:00）土曜日（9:00~17:00）に開館しています。
 ・地域子育て支援センター金勝（金勝児童館内）は火、木、金曜日に開館しています。（10:30~17:00）
 ※ただし、他の児童館とともに国民の祝日、年末年始は休館です。

子育てサークル通信 11月

栗東市シルバー人材センター



「おでかけシルバーママ・パパ」

日時：11月5日(火) 10:45~12:00
 場所：大宝西児童館 フレイルーム
 内容：ペープサート ふれあいあそび 手あそび歌
 季節の歌 絵本の読み聞かせ アンパンマン体操など
 対象：未就園児親子
 申込み：不要
 定員：30組程度
 参加費：無料
 持ち物：お茶など、各自必要と思われるもの



手作りおもちゃの紹介

〈かみひもボール〉

大きめの広告や新聞紙をかために巻いて棒をつくる。

セロファンテープ

輪にする。

1つの輪に十字にもう1つ輪を重ねる。

もう1組交差させ4重の輪で1つのボールになる。

〈しんぶんしボール〉

新聞紙を丸めてポリ袋に入れる。

結んでビニールテープなどでとめる。

たくさんつくって3リヤボールに入れる。

たくさん詰んでボールの形がくずれたら全部まとめて大きなボールになる。

フレール館『赤ちゃんのスキンシップあそびとおもちゃ』より