



# 栗東市地域子育て 包括支援センターだより 平成29年7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）  
栗東市総二丁目4-5 ウイングプラザ2階  
(TEL077-551-2370)  
栗東市地域子育て支援センター金勝（金勝児童館内）  
栗東市御園983 (TEL077-558-3527)  
栗東市地域子育て支援センター治田東（治田東児童館内）  
栗東市安養寺190 (TEL077-554-6115)  
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）  
栗東市小柿一丁目7-36  
(TEL077-553-3907)

暑さで食欲がなくなったり、疲れやすくなったりして何かと不安定になりやすいこの時期。体調管理を心がけながら元気に夏を過ごしたいですね。

## 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

※児童館に来るときは、お茶とタオルをもってきてね

こんなときどうする？

## 子育てQ&A



**Q** 最近よくぐずるので頻繁に授乳しています。おっぱいやミルクが足りていないのでしょうか？（4カ月）

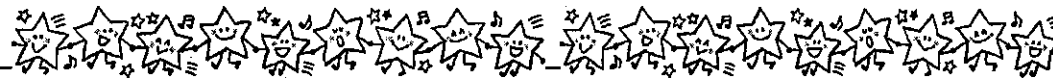
**A** この時期、授乳のタイミングではないのに赤ちゃんがぐずるのはのどが渴いているからかもしれません。この頃の赤ちゃんに与えるものは母乳やミルクで十分ですが、あまりに頻繁に欲しがらうでしたら湯冷まし（水を一度沸騰させてから人肌程度に冷ます）を与えてもかまいません。

**Q** 午睡をさせようとしてもすぐにおもちゃのある場所に行きたがったり、走り回ったりして寝ようとしません。どうしたらいいですか？（1歳半）

**A** 睡眠時間には個人差があります。夜の睡眠ではないので、寝付かなくても昼寝の時間にゆっくり体を休めていればOK。決まった時間に体を休める習慣づけをしましょう。おもちゃなどが目に付くような場所にあるときは見えないような工夫をしてみましょう。睡眠のリズムは食事や遊びの仕方にも関わってきます。一定の時間に食事をし、思い切り体を動かして程よく疲れると心地よい睡眠につながります。

**Q** 最近、離乳食の進みが悪くなり、体重も減少してしまいました。（1歳）

**A** もしかすると夏バテかもしれません。赤ちゃんは、体温調節機能が未熟で体温も大人と比べて高めなので夏バテしやすいですが、自分の体調をうまく言い表すことができません。その他、動きが活発になってきた、眠る時間が短くなった、味覚がしっかりしてきて好き嫌いが出てきているということもあります。  
○しっかり水分補給ができていない ○熱や下痢などの症状がない  
○食欲が少し減っているが、排便や排泄はいつも通りある  
○泣くことはあるが、いつもどおりの機嫌である  
などの様子を見てあげてください。何か変化があったときにはいち早く気付いてあげられるようにしましょう。



### 子育て講座「イヤイヤ期の過ごし方」より

子どもの運動機能が高まりだすと「できる」の気持ちや育つもののまだうまくいかないことがあり、イメージと現実の違いを感じたり、言葉でまだうまく伝えられなかったりします。親にとっては、とてもやりづらく感じてしまいますが、子どもの自我が育ち、大人とのやり取りを通して我慢する気持ちや、人にも同じ気持ちがあることを学ぶことも大切な時期でもあります。

とはいえ、何をしても「イヤ」といわれてしまうと、つい怒りたくもなってしまいます。「いや！いや！」の子どもたちとうまく付き合うためには…

- ① 先手必勝法  
「イヤ」というであろうことがわかっているときには、前もってお気に入りのおもちゃなどを用意しておいて対応できるようにしておく。3歳前後なら事前に「約束」しておくことも有効。
- ② 子どもの気持ちに寄り添う  
子どもの気持ちに寄り添ったあと、違うことを提案などしてうまく気分転換させてあげる。
- ③ 自分で選ばせる  
二択の中から自分で選んでもらうように促す。
- ④ ほめて認める  
できたことをほめる方が、子どもにとってははたしていいことがわかりやすい。
- ⑤ 「ダメ」は最小限に  
「ダメ」は「イヤ」を長引かせます。少し距離を置くなどして抱きしめてスキンシップを取りましょう。
- ⑥ 怒りをコントロールする  
深呼吸、おいしいものを食べる、家族や知人にSOSを出す、児童館に駆け込むなどする。

子どもが自分を飾らず、素の輝きを見せてくれるのは今だけ！自分を追い詰めず、うまくリフレッシュしながら「イヤイヤ期」と向き合っていけるといいですね。

## 子育て講座のお知らせ

- ※ いずれの講座も本人（家族）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いただけます。
- ※ 午前7時の時点で暴風警報や特別警報が発令されている場合、子育て講座は中止させていただきます。

### ◆離乳食講座（初期・中期）◆

日時：8月2日（水）10:30～12:00  
場所：なごやかセンター 栄養指導室  
内容：簡単な離乳食の作り方を学ぶ  
講師：健康増進課 管理栄養士 平山 彰子さん  
対象：市内在住の0歳（4～10ヶ月）児親子（第1子に限る）  
定員：20組  
参加費：無料  
持ち物：お茶、試食用の器（お皿、お椀等）お箸、スプーン、布巾1枚、食器を入れる袋、抱っこ紐（必要な方）  
申込期間：7月24日（月）～26日（水）9:00～17:00まで  
申込・問合せ：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 ※問い合わせのみ



※8月に予定しています子育て講座「親子ヨガ」の詳細につきましては支援センターだより8月号でお知らせします。

### あせもを防ごう！

あせもは、おでこや首の周り、ひじなど汗がたまりやすく皮膚がこすれる場所にできます。

#### あせもを作らない3つのポイント

- ① 厚着をしない
- ② 吸湿性のよい肌着を着る
- ③ 汗をかいたら着替える、タオルで拭く、シャワーで流すなどして皮膚を清潔に保つ



★0歳児★(水曜日または木曜日)  
平成28年4月2日以降生まれ

★1歳児★(火曜日)  
平成27年4月2日～  
平成28年4月1日生まれ

★2・3歳児★(金曜日)  
平成25年4月2日～  
平成27年4月1日生まれ

◆児童館 7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	日にち	時間	対象	活動内容	持ち物	申込み
金勝児童館	11日(火)	10:45~11:15	1歳児親子	手形あそび	あり	あり
	13日(木)	10:45~11:15	0歳児親子	手形あそび	あり	あり
	14日(金)	10:45~11:15	2・3歳児親子	手形あそび	あり	あり
葉山児童館	4日(火)	11:00~11:45	1歳児親子	七夕飾り	あり	あり
	5日(水)	11:00~11:30	0歳児親子	七夕飾り	あり	あり
	7日(金)	11:00~11:45	2・3歳児親子	七夕飾り	あり	あり
	14日(金)	14:30~15:00	3~5歳児親子	おりがみタイム「ヨットレース」	あり	
葉山東児童館	11日(火)	11:00~11:40	1歳児親子	金魚すくいごっこ	あり	
	13日(木)	11:00~11:40	0歳児親子	金魚すくいごっこ	あり	
	14日(金)	11:00~11:40	2・3歳児親子	金魚すくいごっこ	あり	
	14日(金)	14:30~15:15	3~5歳児親子	おりがみタイム「水族館」	あり	
治田東児童館	11日(火)	10:30~11:00	1~3歳児親子	金魚すくいごっこ		
	12日(水)	10:30~11:00	0歳児親子	水の感触あそび		
	14日(金)	10:30~11:00	1~3歳児親子	魚つりごっこ		
	14日(金)	14:30~15:00	3~5歳児親子	おりがみタイム「くじら」	あり	
治田児童館	6日(木)	10:45~11:30	0歳児親子	手作りおもちゃ	あり	あり
	11日(火)	10:45~11:30	1~3歳児親子	魚つりごっこ		
	14日(金)	10:45~11:30	1~3歳児親子	金魚すくいごっこ		
	8月4日(金)	11:00~12:00	小学生	名画でコラージュ「下敷き作り」		あり
治田西児童館	11日(火)	10:45~11:30	1歳児親子	お買い物ごっこ	あり	
	12日(水)	10:45~11:15	0歳児親子	水の感触あそび	あり	
	14日(金)	10:45~11:30	2・3歳児親子	お買い物ごっこ	あり	
大宝児童館	11日(火)	10:45~11:30	1~3歳児親子	夏のおはなし会		
	12日(水)	10:45~11:15	0歳児親子	0歳児のためのおはなし会		
	14日(金)	10:45~11:30	1~3歳児親子	わくわくたいそう		あり
大宝東児童館	4日(火)	10:45~11:30	1歳児親子	七夕飾りを作ろう	あり	あり
	5日(水)	10:45~11:15	0歳児親子	七夕飾りを作ろう	あり	あり
	7日(金)	10:45~11:30	2・3歳児親子	七夕飾りを作ろう	あり	あり
	25日(火)	13:30~16:30	小学生	あつまれ!小学生		あり
大宝西児童館	11日(火)	10:45~11:30	0~3歳児親子	手作りおもちゃ	あり	
	13日(木)	10:45~11:15	0歳児親子	水の感触あそび	あり	
	14日(金)	10:45~11:30	1~3歳児親子	金魚すくいごっこ	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)、地域子育て支援センター金勝(金勝児童館)  
地域子育て支援センター治田東(治田東児童館)は月曜日から土曜日まで開館しています。  
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。



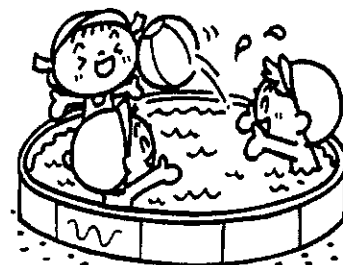
☆大宝西保護者クラブ「ももたろう」・大宝西児童館共催☆  
「なつまつり」

日時：7月21日(金)  
13:30~15:00  
場所：大宝西児童館 プレイルーム  
内容：スーパーボールすくい、パンチボール釣り  
くじ、スマートボール  
対象：乳幼児親子・小学生・保護者  
定員：100人程度  
参加費：スマートボール以外有料(各100円)  
持ち物：持ち帰り用の袋、お茶、タオル  
申込み：不要



☆治田東児童館保護者クラブ「ママプロジェクト」☆  
☆治田東児童館・治田東民生児童委員協議会☆  
「夏休みお楽しみイベント  
Mr.タナック マジックショー」

日時：7月29日(土)  
10:45~11:45(受付10:30~)  
場所：治田東児童館 プレイルーム  
内容：マジックショー  
対象：乳幼児親子・小学生・保護者  
定員：70名  
参加費：なし  
持ち物：お茶・水(水分補給用)  
申込み：7月3日(月)~27日(木)  
9:00~17:00  
治田東児童館窓口(来館受付)



今月の児童館紹介

【金勝児童館】開館日 月~土曜日(祝日・年末年始を除く) 9:00~17:00

「栗東市地域子育て支援センター金勝」と併設されていて、未就園のお友だちから小中高のお兄さんお姉さんまで、その年齢にあった玩具やゲームが楽しめます。

(金勝児童館おすすめのおもちゃ)  
トーマスのプレイ台、プリンセスのドレッサーやドレス  
卓球やキッカーボード、パズル、ボードゲームなど



お母さんやお父さんにも新鮮な木造平屋建て、金魚のタイルがある洗面台(昔は金勝幼稚園でした)など  
少しレトロでどこか懐かしい金勝児童館です。ぜひ遊びに来てくださいね!

