



東海市地域子育て 包括支援センターだより 平成27年3月号

編集発行：東海市地域子育て包括支援センター（大宝東児童館内）
 東海市二丁目4-5 ウイングプラザ2階
 (TEL 077-551-2370)
 東海市地域子育て支援センター金勝（金勝児童館内）
 東海市御園983
 (TEL 077-558-3527)
 東海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
 東海市小栴一丁目7-36
 (TEL 077-553-3907)

暖かい日ざしや空気に誘われて、春を探しにお出かけするのも楽しいですね。季節や学年の変わり目のこの時期、子どもたちが安定した生活を送れるように、気を配っていききたいものです。

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)
 相談時間 月～金曜日 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◆ 10:30～12:00
 火 … 葉山児童館 治田西児童館 大宝西児童館
 水 … 大宝東児童館 治田東児童館
 木 … 金勝児童館
 金 … 葉山東児童館 治田児童館 大宝児童館

※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。
 ※今後巡回曜日は変更する場合があります。
 ※子育て支援センターでの電話・来館相談は行います。

巡回相談は
3月6日
まで終了
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	○	○	○	○	○	○

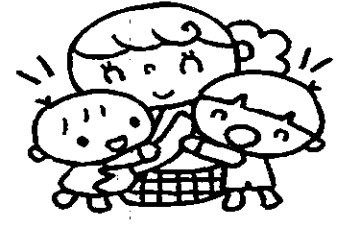
児童館開館時間：10:30～17:00

葉山	553-8796	休	○	○	休	○	休
葉山東	552-6149	休	○	休	○	○	休
治田	551-1431	休	○	休	○	○	休
治田東	554-6115	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

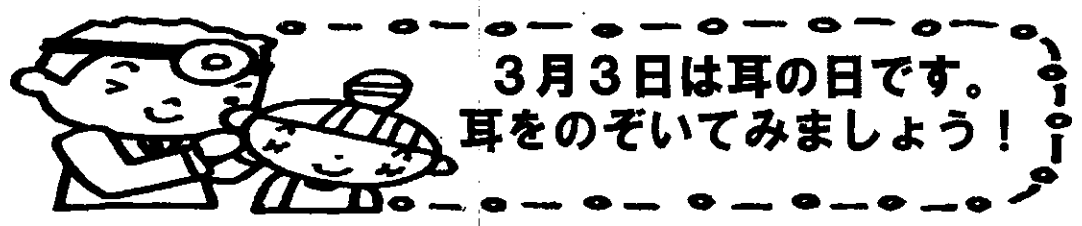
いいお母さんってなんでしょ？？？
 料理が上手だったり、裁縫が得意だったり…といろいろありますが、やっぱり子どもをはじめ、家族がうれしいのは、大好きなお母さんがいつも明るく、笑顔でいてくれる事です。子どもはお母さんや家族の笑顔がだいすきなんですもの！
 極論を言えば、お母さんがにこにこしていれば、少々家事ができてなくても大丈夫！と言えます。
 しかし、現実問題、お母さんが笑顔でいるだけでは生活できませんよね。家事、育児と日々の生活に追われて、気が付けばガミガミの鬼の形相になっている事もしばしば…。理想のお母さんには程遠いのが多くの母の悩みです。
 お母さんのストレスが少なくなるように、工夫していきましょう！

育児でストレスをためないための10か条

- 子育ての大変な時期は人生のほんの一時期、気長に考える。
- 子育てをすべて背負いこまず、夫や周囲にも協力を求める。
- 何事も完璧に行おうと考えないで。
- 疲れたときは赤ちゃんと一緒に昼寝をして、睡眠不足を補う。
- 育児はマニュアルどおりにはいかないものと覚悟を。
- 「100点満点のお母さん」などいない。ダメな母親と自分を責めない。
- 育児仲間や先輩ママとのコミュニケーションを大切に。
- 育児方針など家族の問題は、日頃から夫婦でよく話し合う。
- 実家や婚家からのいろいろな雑音はちょっとおいて置く。
- 子どもの育つ力を信じて、前向きに育児に取り組む。



参考：0～12ヶ月赤ちゃん育児BOOK（政美堂出版）



3月3日は耳の日です。 耳をのぞいてみましょう！

子どもの耳掃除をどうすればいいのか悩む人が多いです。耳かき棒や綿棒を奥に入れ過ぎたり、耳の掃除中に誰かに接触されたり、転倒したり、トラブルは意外と多いです。乳幼児の耳の穴はとて小さく、また耳の穴の皮膚は大人の3分の1ほどの薄さですから耳掃除のし過ぎは禁物です。何度もこすっているとかえって皮膚を傷つけて炎症を引き起こすこともあります。耳をのぞいて汚れが見えているようなら、先端が細めの綿棒を選び、汚れが見える範囲だけを2～3回やさしく拭き取ります。お風呂上りなら耳あかがしっとりして取りやすいです。耳掃除は月に1回程度でもいいですが、半年に1度、耳の定期健診のつもりで耳鼻咽喉科で耳掃除をしてもらう方法もお勧めです。



子育て講座のお知らせ

子育て支援事業

「出前講座・小児救急」

日時：3月5日（木）10:30～11:30
 場所：治田東児童館 フレイルーム
 内容：「子どもの病気…こんなとき、どうするの？」
 講師：済生会滋賀県病院の小児科医師
 対象：市内在住の乳幼児親子
 定員：35組 参加費：無料
 申込期間：2/9(月)～定員になるまで
 9:00～17:00

申込・問合せ：地域子育て包括支援センター(大宝東児童館)
 TEL 551-2370 ※電話・来館受付
 (ご本人「家族」分のみ、先着順にて受付、定員でしめきります)

★4月の講座の予定★

「お話会」

日時：4月27日（月）10:30～11:30
 場所：治田東児童館 フレイルーム
 内容：児童館職員による紙芝居、手遊び、お話など
 ※詳しくはセンターだより4月号をご覧ください。



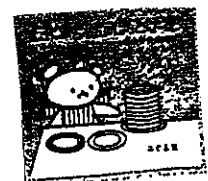
◆絵本の読み聞かせのポイント

- 子どもをひざの上のせるか、横に座って読む
- 本の読み方は自由。好きな部分だけ読んでもいい
- きょうだい一緒の場合は、下の子どもの本を先に
- 自分だけでなく、いろいろな大人に読んでもらう

◆絵本選びのポイント

- 0～1歳は、話の筋よりも音と色を楽しむ作品。好みが見つかるまで、幅広い本を試してみる
 - 2～3歳は、ストーリーがしっかりしている作品を。途中でハラハラしても、結末が安心できるものがある
 - 5歳以上は「もっと知りたい」と知的好奇心が広がる内容を
 - 本選びに困ったら、図書館の司書にアドバイスしてもらう
- これは目安です！親自身が楽しみながら読んでみると、子どもも本に関心を持つことが多いです。とにかく親子で楽しんでくださいね。

♡おすすめ絵本♡



「しろくまちゃんのほっとけーき」
 わかやまけん 作
 読んだ後に子どもと一緒にホットケーキをつくって下さいね♡



「おへそのおな」
 長谷川義史 作
 赤ちゃん目線がかかれた心温まる絵本。親子で楽しめますが、特に妊婦さんにもおすすめです

★0歳児★（水曜日または木曜日）
平成25年4月2日以降生まれ

★1歳児★（火曜日）
平成24年4月2日～
平成25年4月1日生まれ

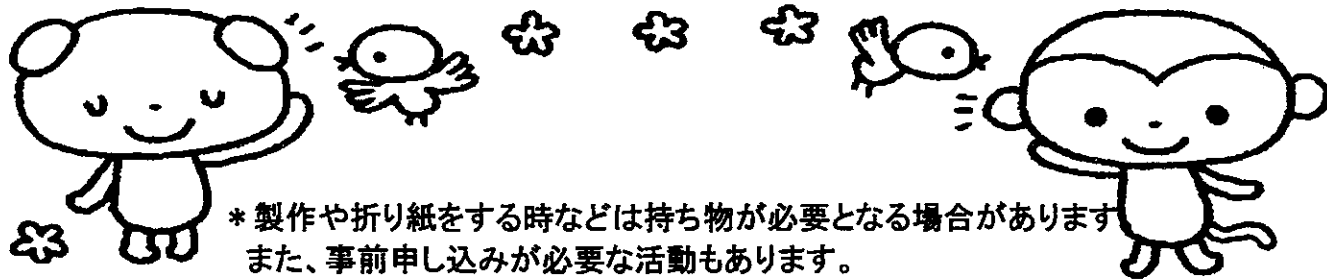
★2・3歳児★（金曜日）
平成22年4月2日～
平成24年4月1日生まれ

◆児童館 3月の設定活動日程◆

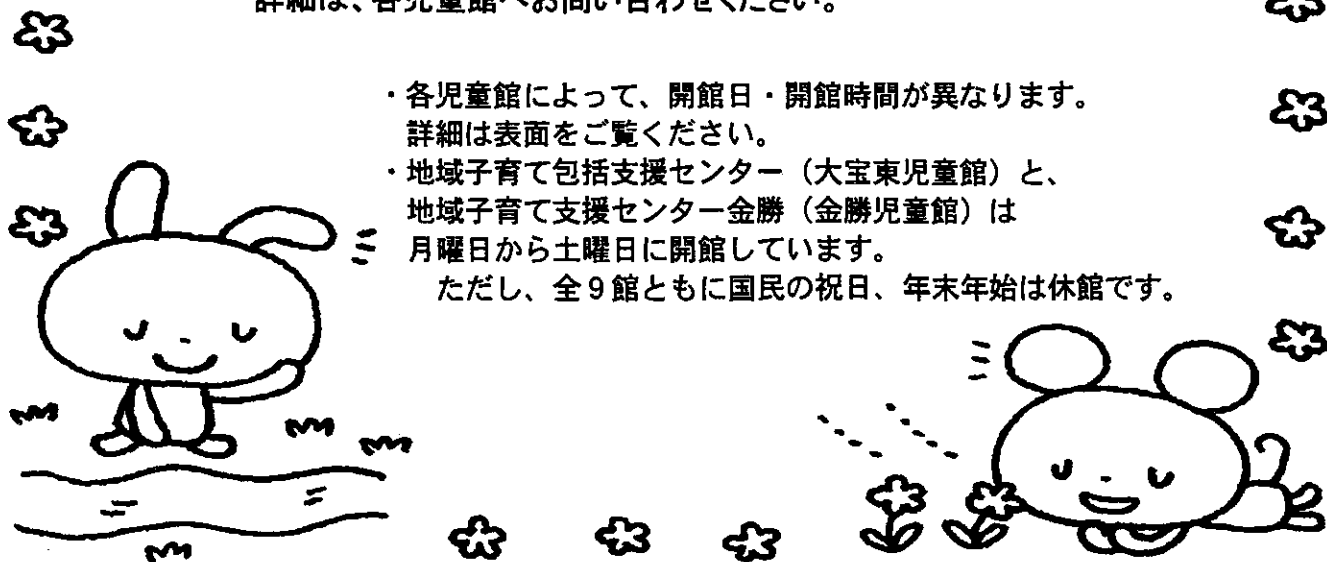
詳細は各児童館にてお知らせします。



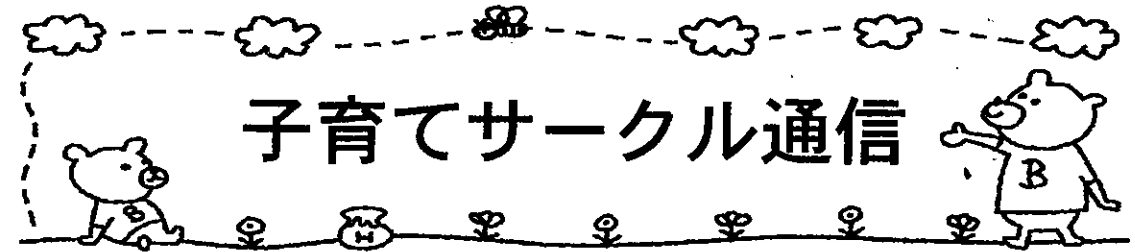
児童館	日にち	時間	対象	活動内容
金勝児童館	10日(火)	10:45～11:45	0～3歳児親子	わくわくクラブだるまん共催「おたのしみ会」
	13日(金)	14:30～15:30	3～5歳児親子	おりがみタイム「つくし」
葉山児童館	6日(金)	10:45～11:45	0～3歳児親子	わくわくクラブだるまん共催「おたのしみ会」
葉山東児童館	5日(木)	14:30～15:30	3～5歳児親子	おりがみタイム「お花」
	12日(木)	11:00～11:45	0～3歳児親子	おたのしみ会
	13日(金)	11:00～11:45	0～3歳児親子	みんなで遊ぼう！
治田東児童館	11日(水)	11:00～11:45	0～3歳児親子	おたのしみ会 ※申し込みあり
治田児童館	3日(火)	10:45～11:15	1～3歳児親子	箱バスで遊ぼう
	6日(金)	10:45～11:15	1～3歳児親子	ひよこカード作成
	12日(木)	10:45～11:15	0歳児親子	ちょうちょカード作成
治田西児童館	10日(火)	10:45～11:30	1～3歳児親子	おたのしみ会 ※申し込みあり
	11日(水)	10:45～11:15	0歳児親子	おたのしみ会 ※申し込みあり
大宝児童館	11日(水)	10:45～11:30	0～3歳児親子	おたのしみ会 ※申し込みあり
大宝東児童館	11日(水)	10:45～11:15	0歳児親子	おたのしみ会
	13日(金)	10:45～11:30	1～3歳児親子	おたのしみ会
大宝西児童館	13日(金)	11:00～11:45	0～3歳児親子	おたのしみ会 ※申し込みあり



*製作や折り紙をする時などは持ち物が必要となる場合があります。
また、事前申し込みが必要な活動もあります。
詳細は、各児童館へお問い合わせください。



・各児童館によって、開館日・開館時間が異なります。
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）と、
地域子育て支援センター金勝（金勝児童館）は
月曜日から土曜日に開館しています。
ただし、全9館ともに国民の祝日、年末年始は休館です。



子育てサークル通信

☆葉山児童館&
わくわくクラブだるまん共催☆
「おたのしみ会」

日時：3月6日(金)
10:45～11:45
場所：葉山児童館 プレイルーム
内容：ふれあいあそび、わらべうた、
絵本の読み聞かせ、
シアターもの3種、
パペットショー、他
対象：乳幼児親子
定員：35組
参加費：なし
持ち物：水分補給のための水かお茶
申込み：申込み不要

金勝児童館でおなじみの「だるまんさん」が
葉山児童館にやってきます！親子で笑顔あふ
れる素敵な時間を過ごしましょう。
初めてのかた、お近くのかた、ぜひ遊びに
来てください。

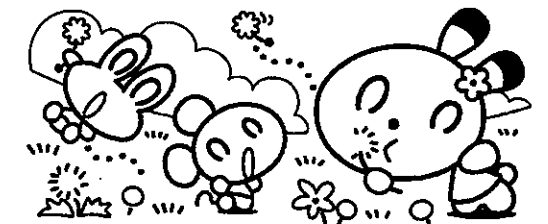
☆金勝児童館&
わくわくクラブだるまん共催☆
「おたのしみ会」

日時：3月10日(火)
10:45～11:45
場所：金勝児童館 プレイルーム
内容：ふれあいあそび、わらべうた、
絵本の読み聞かせ、
シアターもの3種
パペットショー、他
対象：乳幼児親子
定員：35組
参加費：なし
持ち物：水分補給のための水かお茶
申込み：申込み不要

児童館の先生とだるまんメンバーが、色んな
遊びを盛りだくさんご用意してお待ちしてお
ります♪お父さん、お母さんもぜひ、子ども
さんと一緒に“一生懸命に”遊みましょう！

☆はるたばかぼか保護者クラブ☆
「めるへんさんのお話し会
(お別れ会)」

日時：3月10日(火)
10:30～11:50
場所：治田児童館 プレイルーム
内容：めるへんさんによる読み聞かせ
会とお別れ会
対象：乳幼児親子
定員：40組
参加費：100円(当日徴収)
(会員の方は会費より
支出します)
持ち物：お茶・水(水分補給のため)
申込み：申込み不要



(注)申込みはいずれも開館日のみです。