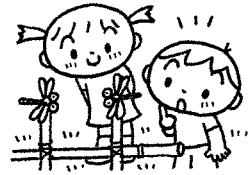


あかし子育て支援センターだより



# にじのかけはし



No.76 (H22.8.20)

## 『 そのままで いいがな 』

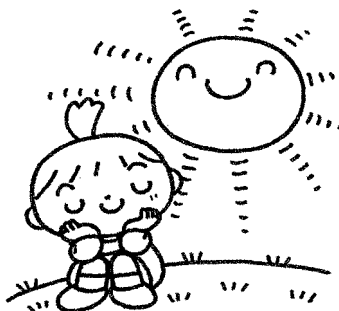
これは書家であり詩人の相田みつをさんの名言です。短いことばですが、ありのままを受け入れる温かい愛情にあふれていますね。

子どもはひとりひとり、成長のスピードや性格が違います。それはわかっている、つい同年齢の子どもと比べてしまいますよね。焦りを感じて肩に力が入りすぎた時にこんなふうに思えたら心に余裕もでき「もう少し待ってみようかな・・・」と思えるかもしれません。また、生まれ持ったありのままの姿を受け入れてもらえることで子どもは安心感を持ち、一歩前へと進む力が育ってきます。「上手にできなくてもいい、そのままのキミが大好きだよ！」という無条件の愛でいつも包んであげたいですね。

大人も頑張りすぎず、「今の自分がいちばんだよ」と自分を誉めてあげましょう。

まだまだ暑さは続きそうです。家事や育児、仕事などで気持ちがいっぱいいっぱいになったら、深呼吸をして相田みつをさんの、このことばをつぶやいてみてはいかがでしょうか。

ワタシはワタシ ボクはボク 「そのままで いいがな」



# 子育て学習室紹介①



今年度も市内28か所で子育て学習室を開設し、それぞれの活動がスタートしました！！  
どの学習室も学習室生同士が智恵を出し合い、幼稚園や地域の協力を得て、楽しく活動を展開しているところです。

みなさん、一度地域の子育て学習室の活動を見に来られませんか？

## 高丘東子育て学習室



大人23名、子ども24名で、和気あいあいとみんなで協力しながら季節ごとの行事をしています。

幼稚園では、

園児と一緒に運動会や秋祭りに参加させていただき、みなさんに楽しんでもらっています。

地域の情報交換や悩みの相談の場として、活用してもらえたらと思っています。

## 播陽子育て学習室



播陽子育て学習室は、現在50名の親子が参加しています。

水遊びや運動会・クリスマス会などの季節のイベントや親子

体操、工作遊びなど、学習室生が協力してアイデアを出し合い、和気あいあいと楽しく活動しています。年に数回、幼稚園や近隣の学習室との合同企画も行い、親子ともどもたくさんの新しい体験と出会いの場になっています。

## 錦浦子育て学習室



私たち錦浦子育て学習室は、通称「ハムちゃんくらぶ」の名で親も子どもも楽しめる企画を motto に活動しています。

季節の行事を大切にしつつ、工場見学なども取り入れ、色々な体験ができるよう、毎月、班ごとに企画運営を行っています。

準備や活動を通して、学習室生同士の交流を深め、いつも和気あいあいとした雰囲気楽しく活動しています。

## 鳥羽子育て学習室



鳥羽子育て学習室「とばたん」は、今年度はガーデニング、七夕、ピクニック、水あそび、ハロウィン、クリ

スマスなどを企画しています。

みんなで集まり、ひとつひとつ相談しながら実行していく中でどんどんと交流が深まっています。

“まずは楽しむ！全て楽しむ！”が motto です。  
一緒に楽しみましょう～！！

子育て学習室ってどんなところ…？ 学習室に参加するには…？ など詳しい内容は、  
ホームページ 明石市 → あかし子育て応援ナビ → 集おう → 子育て学習室をご覧ください  
[http://www.city.akashi.hyogo.jp/fukushi/kodomo\\_shitsu/kosodate\\_navi/support/shien\\_center/gakushu.html](http://www.city.akashi.hyogo.jp/fukushi/kodomo_shitsu/kosodate_navi/support/shien_center/gakushu.html)

《問い合わせ先》 子育て支援課 TEL 918-5597



# 親子であそぼ



2つの絵を見比べて違いを探してみましょう。「何をして遊んでいるのかな」「どんなお話しているのかな」と、絵を見ながら会話を楽しんでみてください。

## まちがいさがし

5ヶ所のまちがいを探してみましょう



## 手あそびしよう

親子で遊んでみましょう！ いつでも どこでもできますね。

### 【いわしのひらき】

①ソレ ズンズンチャチャ  
「ソレ」はかけ声のみ  
右手を水平にして波の様に動かす

②ズンズンチャチャ  
左手を水平にして  
波の様に動かす

③ズンズンチャチャ  
①と同じ

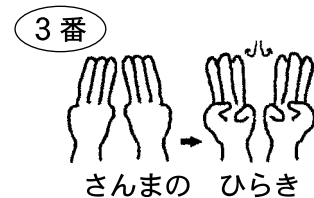
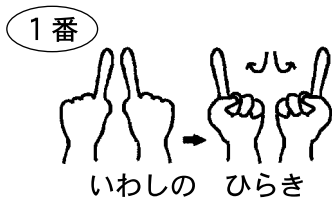
④ホッ  
両手をほっぺに  
ひっつける

⑤いわしの  
両手の人さし指を  
一本前に出す

⑥ひらきが  
両手を外に開く

⑦しおふいて  
両手をぐーに

⑧パッ  
手の平をぱっと  
開く



5番の「くじら」は特に  
大きな潮をパーッと吹き上  
げましょう。

## 地震・雷・火事・嵐・・・突然やってきます！

9月1日は防災の日。(関東大震災の起きた日です。)

16年前、阪神大震災という大きな災害で、怖い体験をしたこともありますね。

赤ちゃんや幼い子どもを持つお父さんお母さん、日頃から防災についての心構えは出来ていますか？

「いざ、緊急避難！」という時のために、準備物や家族の避難場所等の確認をしておくといいですね。日頃からの心構えで初期動作が大きく変わってきます。



### 必ず準備したい赤ちゃんグッズ(1～2日分)

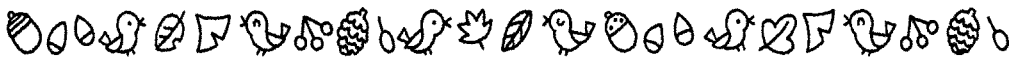
- ・母子手帳 (いつでも持ち出せるようにしておきましょう！)
- ・紙おむつ (圧縮袋でコンパクトになります)
- ・ビニール袋 ・水 ・マジック油性ペン
- ・ウエットティッシュ
- ・着替え
- ・おくるみ (スカーフ、ショールも軽いので代用可能)
- ・粉ミルク (スティックやタブレット型が衛生的で使いやすい)
- ・ベビーフード (瓶入りは重たいが二次利用できる)
- ・おやつ (栄養補給のため、高カロリーでバランスのよいものを)
- ・おもちゃ (かさばらない軽いもの)

ぐらっと揺れがきたら、  
安全な場所へ！  
特に大切な頭と胸を守ってあげましょう。

**命が第1ですね★**

明石市では、風水害対策として被害が予想される地域や避難場所を表示した「ハザードマップ」を市ホームページに掲載しています。危険箇所など確認しておきましょう。

荷物をまとめるのは、リュックやポケットの多いベストなど、両手が使えるものがいいですね。運ぶときの重さも考えて準備しましょう！！



葉っぱはでいないいないはあ！

体で感じる **自然あそび**



### 子育て相談室 (あかし子育て支援センター内) 《TEL918-5610》

子育てで困っていることなど、気軽にご相談ください

※ 電話相談 (火)～(日) 10:00～12:00 13:00～16:00

※ 来所相談 (火)～(日) 10:00～12:00 13:00～15:00 (要予約)

原則月曜日は休館 その日が祝日の場合は開館し翌日休館