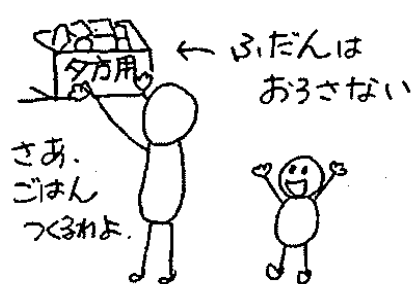


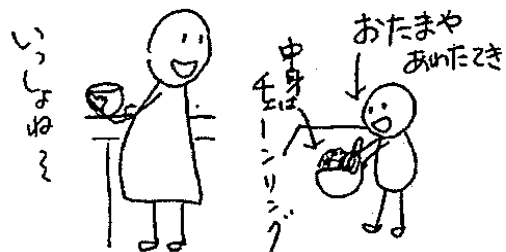
① 台所でお絵かき



② 夕方用おもちゃセット



③ 台所用品で遊ばせる



④ いっしょに夕飯の仕度をする

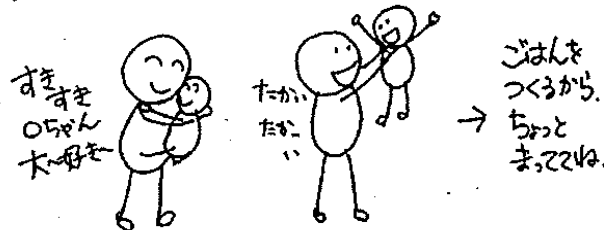
- ・ピーズ豆の皮むき
- ・キャベツちぎり
- ・のりちぎり
- ・きゅうりの塩もみ
- ・のりのハサミ切り
- ・えびの皮むき
- ・団子丸め
- ・ねじりこんにゃく作り
- ・ゆで鶏をさくなど...

⑤ 音楽をかける

いっしょにうたえば、準備も早い!

テレビを消して何しよう 〜夕飯準備編〜

⑥ ちょっとだけ遊ぶ

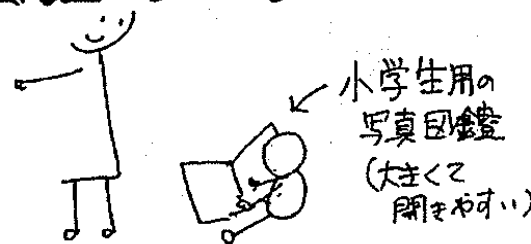


迷わず遊ぶ。遊ぶと遊ぶ。男と女の関係に似たり...

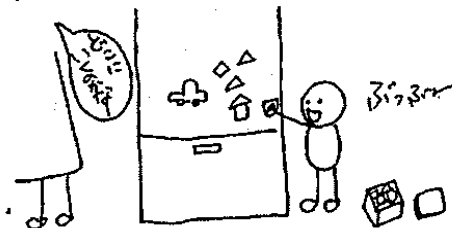
⑦ 洗たく物をたたんでもらう

- ・洗たく物、洗たくバサミをはずす
- ・床のふき掃除、ひき出しの整理など
- ・できることを頼む

⑧ 図鑑ならひとりでも



⑨ 冷蔵庫でマグネット遊び



⑩ おんぶする

体力がある方は、
これが一番!

© しーちゃん



子どもと過ごす四季

子どもより動きが少ないから、
しっかり防寒!

- ・蚊の心配がないので、森の中もずんずん歩ける。
- ・混み合う室内より、ウイルス感染の心配が少ない。
- ・体温調節機能&免疫力アップで風邪をひきにくい体に!
- ・寒い=イヤなだけでなく、寒さを楽しむ経験もだいじな心の栄養。
- ・おうちに帰り、あったかいお風呂へ♪ 親子のシアワセな時間!

寒さに負けない! 外遊びファッションのコツ

寒いから、風邪をひかせたくないから... 冬の外遊びは大変、という声を聞きます。でも、春を待つ間にも、子どもたちはどんどん大きくなっていきます。今その子に必要な刺激や遊び環境の中で育てるよう、ちょっとしたコツを知って楽しく冬を乗り切りましょう! おひびよのスタッフも、お手伝いしますよー!



気をつけるポイント

- ✓ 服が濡れたままになっていない?
- ✓ くちびるが紫だったり、ぶるっと体をふるわせてない?
- ✓ 遊びはじめは頭や耳、手など末端をあったかく。
- ✓ お日さまが出たり、よく動くと汗ばむことも。1枚脱いで調整しよう。

なんでもない、輝かしい瞬間が、 子どもの心にたくさんたまりますように

みなさんは子ども時代を思い出すとき、どんな情景が浮かんできますか?

先日、3歳の男の子が、着ていた上着の中に枯れ葉を入れてチャックを閉め、「見ててねー」と言いながら「ジャジャーン」とチャックを開け、枯れ葉があふれ出ると大笑い。何度も何度も繰り返しては大笑いしていました。

大人からするとなんの意味もない、なんの学びでもない(ように思える)そんな瞬間が、子どもの心にはどんなかたちで残るのでしょうか。

計算や記述は人間に代わってコンピューターがするような時代の変化の中、子どもに何を身につけさせておけば良いのかと困惑する親も多いことでしょう。

でも、どんな時代になったとしても、辛いことに直面したとき、大きな壁が現れたときに「乗り越えよう、生きていこう」と強く思えるのは、なんでもない、でも輝かしい瞬間が心にたくさんたまっているからこそではないでしょうか。

“生きていて楽しい”という感情は教えるものではなく、その子自身が感じるもの。そんな風に感じられる瞬間を、たくさんたくさん子どもの心の中にためてあげたいですね。そばで「楽しいね、面白いね」と一緒に笑い喜ぶ大人の存在が、子どもにとって大きいことは言うまでもありません。



遊ぶ、育つ、生きる力

ね
根っコラム



このゆびとまれカレンダー

1月

令和6年度

※行事・イベントが開催中でも、フレイルームはいつでもご利用できます。

日	月	火	水	木	金	土
			1 元旦	2 休 館	3 休 館	4 OPEN !! 
5 休 館	6	7	8 横山助産師相談 10:00~12:00	9 絵本と わらべうたの会 13:30~14:00	10 ペアレント トレーニング⑧ 10:30~12:00	11
12 休 館	13 成人の日	14 柳南中ひろば 13:00~15:00	15	16 伊藤助産師相談 13:30~15:30	17 赤ちゃんサロン 10:15~11:45 トークタイム 【発達に気になる 子の親の会】 13:30~15:00	18
19 休 館	20 トークタイム 「双子ちゃん あつまれ」 10:30~12:00	21 蒲池中ひろば 13:00~15:00	22 まんまる子育て 発達相談会 14:00~15:30	23 このゆび おさんぽ隊 10:15~	24	25 マタニティヨガ 10:30~11:30 Dr.みよこの なんでも相談室 13:30~14:30
26 休 館	27 スタッフミーティング (15時閉館)	28 ベビー マッサージ 10:30~1時間程	29 ゆりかご タイム冬① 10:15~12:00	30	31 トークタイム 「おしゃべり ママ会♪」 10:30~11:30	

各種ご予約はお電話、もしくはHP内のイベント情報をご確認ください

助産師相談 (要予約)

ママ自身の悩みや、子どもの発育発達、育児の悩みなど
なんでもお気軽にお尋ねください。身長、体重も測れます。プレママ・プレパパも歓迎です！

- **伊藤助産師相談** 1月16日(木) 13:30 ~ 15:30 (5組)
離乳食やママの体、家族関係の悩みまで。気さくな助産師さんと、おしゃべり感覚の個別相談です。
- **横山助産師相談** 1月 8日(水) 10:00 ~ 12:00 (5組)
母乳育児や発達に関する悩みを個別に相談できます。バスタオル2枚をご持参ください。
- **赤ちゃんサロン〜妊娠期から幼児期まで何でも相談会〜**
「一人の悩みはみんなの悩み」気になることを座談会形式でお話しませんか？
1月17日(金) 10:15 ~ 11:45 (10組)

まんまる子育て 発達相談会 (10組要予約)

1月22日(水) 14:00~15:30

「泣いている理由が分からない」
「何にでもイヤイヤ。どう伝えればいい？」
「言葉がなかなか出ない」
など、悩みを相談してみませんか？
我が家らしい楽しめる子育てを一緒に見つけていきましょう♪

ママ産婦人科医 Dr.みよこのなんでも相談室 (予約不要)

1月25日(土) 13:30 ~ 14:30

ママ産婦人科医であり、女性の心と体を一生涯トータルサポートする活動をされている宮川三代子さんによる、なんでも相談室です。
気になる方はぜひご参加ください。

※聞いてみたいミニ講座のテーマ募集中です！

出張ひろば (予約不要) 〜柳南中学校・蒲池中学校〜

- ・柳南中学校(多目的ホール)
1月14日(火) 13:00~15:00
 - ・蒲池中学校(地域・PTAルーム)
1月21日(火) 13:00~15:00
- お子さんと一緒に中学校へ遊びに行きませんか？**昼休み(13:10~13:50)**に生徒さん達が遊びに来てくれます。
一緒に交流してみませんか？

マタニティヨガ (要予約)

1月25日(土) 10:30 ~ 11:30

ゆっくりとした動きと呼吸でお腹の中の赤ちゃんと一緒にリラックスタイムを過ごしましょう。
産後のママの参加もOKです♪
参加された方それぞれに合わせて、呼吸法やストレッチ、簡単なヨガのポーズ、瞑想などを行っていきます。とても気持ちいですよ〜(*^-^*)

このゆび おさんぽ隊 〜森へレッツ ゴー!〜 (予約不要)

1月23日(木) 10:15~

みんなで物産公園にある素敵な森へお散歩しませんか？その日その時感じるままに過ごすので、何が起きるかは楽しみに〜♪
汚れてもいい服、着替え、水分等必要なものは各自でご持参ください。

おしゃべりママ会♪ (要予約)

1月31日(金) 10:30 ~ 11:30

「このゆびとまれで何度か顔を合わすけど…もっと知り合いになりたい」「ママ友が欲しい！」
そんなママ達の声にお応えし、おしゃべり会を開催します。みんなで楽しいひとときを過ごしましょう♪ご参加お待ちしております(*^-^*)

ご利用案内・お問合せ

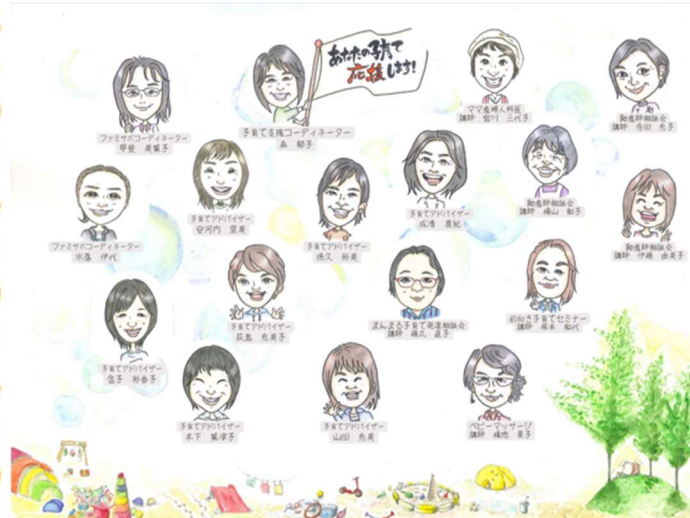
対 象 : 概ね0~3歳の子どもとその家族、妊娠中の方
開 館 : 月曜 ~ 土曜 ※日曜、祝祭日、年末年始は休館
時 間 : 10:00 ~ 16:00

※最終月曜日はスタッフミーティングのため15時閉館※

ホームページ Facebook Instagram



〒832-0058 柳川市上宮永町 22-7
〈TEL〉 0944-72-7706
〈MAIL〉 tsudoi-yanagawa@etude.ocn.ne.jp



2025年も良い1年でありますように！