

子育て通信



未来のサッカー選手たち
さあ！キックオフだ！

松山保育園の年中・年長さんはサッカー遊びを楽しんでいます。友だちとゴール目指して元気に走りまわっています。

おこやが子育て相談

電話や面談のほか訪問相談もお受けいたします



旭小学校前
おやこの森
☎33-0204
午前7時～午後6時

恒富保育所
子育て支援室
☎22-9470
午前8時半～午後5時

日・祝日はお休みです

おはこを讀み聞かせ

もくもくをつかまえた
文：ミカエル エスコフィエ
絵：クリスディ ジャコメ
訳：ヨシタケ シンスケ
出版：クレヨンハウス



森の中でもくもくしたのを見つけたら、どうする？つかまえたら、そのあとは？もくもくは、なかなか思い通りにはいかない。どうしたらいいか考えてみよう。親子でいろんな気持ちを考えてみてはいかがでしょうか。大人にもお勧めの絵本です。 絵本紹介 延岡市立図書館 司書 橋口美里さん



園内の見回りに23年の愛

わらわち笑顔いっぱい
子ども
友だち
子育て支援の最前線
保育園

こひつじ保育園
環境整備担当(勤務23年) 佐藤末松さん
子ども達が、季節の野菜を観察したり収穫したりできるよう育てています。また園の行事の餅つき用の米も育てています。子どもの喜ぶ顔を想像すると、あれも植えたい、これも植えたいと楽しみになります。みんなで収穫した作物の味はまた格別です。また、安全な保育園を目指し園内整備にも力を入れています。

すこやがネットワーク

心震える感動

助産師・保健師
(ベビーマッサージ講師)
田部 加那子 さん

みなさんは、お子さんが生まれた時のこと、覚えていらっしゃいますか？私は先日、4人目を出産しました。4度の出産を経験する中で、どの子にもドラマがあり、同じようなお産ではなかったように思います。無事に産まれてきてくれた時の心震える感動は、人生で何度も味わえるものではないので、我が子たちには感謝の気持ちでいっぱいです。

助産師をしている中で、残念ながら流産や死産になり悲しい思いをされる方も今まで見てきました。私自身も流産の経験があり、自分を責めて泣いた日もあります。目の前にいる我が子は当たり前存在ではなく、妊娠して出産し、元気に育つことは奇跡だと思います。そう考えると、我が子に少し優しくなれる気がしませんか。

妊娠中は、ただただ「元気に育って欲しい、元気に産まれて欲しい」そう願ひ、元気に産まれてくれると「ありがとう」の気持ちでいっぱいになります。

しかし、日々忙しく生活していると、産まれた時に感動した気持ちはだんだんと薄れていき、自分に余裕のない時などは特に、子供たちに厳しく当たってしまいます。「ケンカばかりしないでよ!」「早く宿題して!」「ちゃんと片付けしてよ!」そう、ガミガミババア(長男に命名されました)に变身してしまうのです。

そんな時に私は、お腹に宿ってくれて嬉しかった時の気持ちや、元気に産まれてくれて涙した時の感動を思い出し、「まあいいか...元気でいてくれたら。生きていてくれたら。」と考えるようにしています。元気に生きていてくれるだけで100点満点です。産まれた日のことを思い出すと、自然と笑顔になれますよ。やはり、こどもは何人いても可愛いですね。みなさんも、肩の力を抜き、今しかないこの一瞬の育児期間を楽しみましょう。

手作り離乳食

手軽にできます
材料:(1人分)

- ご飯 80g
- お稲荷さんの皮 (2~4枚)
- 鮭ほぐし・煎りごま
- 混ぜご飯の素

お稲荷さん

離乳食(後期)

9~11カ月の赤ちゃん

1. ご飯に混ぜご飯の素を混ぜる。
2. お稲荷さんの皮に詰める。口は閉じずそのままOKです。
3. ラップにふんわりと包み、手のひらで軽く潰し、平たくする。
4. ラップに包んだまま、包丁で食べやすいサイズにカットする。
5. 器に盛りつけて完成!

おやこの森 サークル紹介

出産後のお母さんのカラダのケアや、肩こりや腰痛予防が学べます。また親子でできる簡単な体操などを行っていますので動ける服装でお越しください。託児有。
 ココロとカラダのセミナー ・月1回 月曜日 14:30~ 開催
 問合せ先/おやこの森(33-0204) 今月は21日(月)です。

緑ヶ丘児童館リトミック11日 なかしま児童館絵本の扉17日 宮野浦保育所ベビーマッサージ14日/ふたの会14・30日/発達会18日/絵本講座21日/アレルギーのお話会28日/育児サポート養成講座9・18・25日
 おやこの森不登校の会親子ピクス7日/シンガポールカフェフリーマーケット12日/ベビーマッサージピクス14日/ふたの会14・30日/発達会18日/絵本講座21日/アレルギーのお話会28日/育児サポート養成講座9・18・25日

あいのね! 朝の「あいのね!」...「せんせい、おはようございます!」...水槽のぞき込んで、「きーちゃんおはよ」。金魚のきーちゃんへの「あいのね!」も口課です。影の声をきく名前をつけることおしくなるよね