

沼間・小坪親子遊びの場



沼間・小坪の「親子遊びの場」を知っていますか? 週3回「ほっとスペース」を開催しているほか、子育て支援センターのスタッフが出張している日があったり、育児サークルの活動の場として貸し出されていたりと、様々な使い方ができる場所なんです。詳しく教えて、シズオ!

子育て支援センターがお気に入りで行くのだけど、家から遠くてちょっと大変。親子で遊べるおすすめ場所、どこかないかな?



沼間のFさん



子育て支援センターによく行くなら、沼間と小坪で開催している「親子遊びの場」の「子育て支援センターの日」に行ってみるのはどう?

どこにあるの?



「沼間親子遊びの場」はJR東逗子駅から徒歩1分のふれあい広場奥、「小坪親子遊びの場」は小坪コミュニティセンター隣だよ。詳しい住所は下記を見てね。

「沼間・小坪親子遊びの場」は「沼間・小坪ほっとスペース」と同じ場所での開催よね? 何が違うの?



「子育て支援センターの日」は、桜山の子育て支援センターからスタッフが出張してきて子育て相談もできるよ。「ほっとスペース」の日は自由に遊んだり、イベントを開催している時もあるよ。

顔見知りのスタッフさんがいれば、リラックスして過ごせそう! 慣れてきたら「ほっとスペース」の日も行ってみたいな。



広々とした庭と砂場で外遊びも!
(沼間親子遊びの場)

毎回大人気のリサイクル広場
次回は2020年1月28日(火)開催
(小坪親子遊びの場)

◆沼間親子遊びの場◆ 沼間1-2-20 電話 046-872-6084
子育て支援センターの日(金)・沼間ほっとスペース(月)(水)(木) 10:00~15:00

◆小坪親子遊びの場◆ 小坪5-21-15 電話 0467-25-1198
子育て支援センターの日(火)・小坪ほっとスペース(月)(水)(金) 10:00~15:00

※親子遊びの場貸し出し問い合わせ: 体験学習施設 電話 046-873-8581

フォトプロップスで遊ぼう!!

SNSや結婚式などで最近よく見かける?!
変身用の小道具「フォトプロップス」
ネズミになったかわいい子どもの写真を年賀状に!
家族や友達とネズミ&ネコになる、楽しい写真を撮っちゃおう!

- 遊び方●
- ①鼻&ひげ・・・絵を切り抜き、ストローや折り紙を細長く丸めたものの先端にテープやのりで付ける。
- ②耳・・・絵を切り抜き、耳を折って起こす。頭に乗せて、ずれるようなら髪にピン留めで固定する。



こんな感じで撮ってみよう!
鼻&ひげだけでもかわいいよ!

陽だまり図書館へようこそ!!

ここには親子で楽しめる本がいっぱい。
どんな出会いがあるか、のぞいてみましょう!

『なきごえたくはいびん』 えがしら みちこ 作・絵(白泉社)

「びんぼーん おとどけものでーす」
動物たちの家に荷物を届ける、はるちゃんとこがたちゃん。なきごえで答える動物たちは誰かな、そして最後に配達に行くのは...?
テンポが良く、なきごえがたくさん出てくるので小さな赤ちゃんから楽しめます。なきごえ当てクイズをしたり、絵の描写が細かいのでお子さんと色々見つけたりするの楽しいですよ。
優しい水彩の絵に大人も癒される絵本です。



子育てポータルサイト「えがお」も見てね!



http://www.city.zushi.kanagawa.jp/egao



陽だまり



2019年冬号 No.71

逗子のママたちが制作しています

【特集】



池子のYちゃんか描いてくれました

「ベストアンサー」ではないけれど...

私の子育てQ&Rリアル

~地域でご活躍の方々から~
子育て応援メッセージ

『育児は育自』



鎌倉女子大学 短期大学部 寶川 雅子

皆様こんにちは。私は、様々な地域で子育ての支援をさせていただいております。子育ての支援をさせていただく中で、有難いことに様々な方と出会う機会があります。子育てを楽しんでおられる方、お子さんがなかなか泣き止まないで悩んでいる方、どのように離乳食を進めていこうかと悩んでいる方、お子さんがなかなか眠ってくれないので、自分も睡眠不足で辛い悩んでいる方・・・子育ての悩みは様々であり、子育てをする大人にとっては決して楽なことではないのかもしれませんが、しかし、常に気にかけてくれる大人がそばにいてくれるということは、子どもにとって最も幸せなことだと思っております。

子育ては人が育てていく営み。私も子育ての真っ最中です。子どもが幼いころは、“もう少し大きくなったら子育ての悩みはなくなるだろう”なんて簡単に考えていました。実際は、そうではないのですよね。子どもの年齢に応じて悩む内容が変わっていくだけ。悩みは常にあるのだなあと、最近ようやく気づきを決めたところです。育児は育自。子育てをしていく中で、私たち大人も子どもに親として育ててもらっているのかもしれない。

<プロフィール>

昔は、保育所や幼稚園に勤務していました。
自身の子育てでは試行錯誤の繰り返し中。
10年ほど前から子育てへの支援に取り組んでいます。

- 問合せ先● 社会福祉法人 逗子市社会福祉協議会 地域福祉推進係
〒249-0005 逗子市桜山5-32-1 (福祉会館内) HP: <http://zushi-shakyo.com/>
電話 046-873-8011 FAX 046-872-2519 Eメール sunny@zushi-shakyo.com
- 発行元● 逗子市 教育部 子育て支援課
〒249-8686 逗子市逗子5-2-16 HP: <http://www.city.zushi.kanagawa.jp/>
電話 046-873-1111 (代表) FAX 046-873-4520

※本誌に掲載された記事を複写、複製使用の際は上記へご一報ください。

夜のおむつは、いつとれた? **Q 乳幼児ママ**

幼稚園でお泊り保育があるので、夜の夜間のおむつはずれについてそろそろ気になり始めた。とはいえ、娘は熟睡でトイレに起きる気配もなく、明け方にはおしこいでおむつが重たく…。おねしょの処理が意識までなかなかに始まるわい…。(5才女の子ママ)

R 小学生ママ

昼間トイレに行く回数が多くて、夜も不安でおむつ、やはりおしこいでいた。お布団に入る前&寝本を読んで寝る直前にトイレに行かせ、最近ようやく夜のおむつはずれ完了。とはいえ、たまにおねしょします…。(小1男の子ママ)

深夜の着替えとシーツ交換に疲れ果て、夜は迷わずおむつにする!とわかったら楽になりました。今思えば寝ながらトレーニングですごく難しい事にチャレンジしていたのだなあ。(小2・小5男の子ママ)

独身時代から使用のせんべい布団を犠牲布団に決別、夜ははおむつをさせない!と何度もおねしょ…。終わらたらふらふらの布団を買って!と希望を胸に、いつかにおねしょ卒業。(小学生・幼稚園児ママ)

息子が3才の頃、心の布団で失敗すれば私の布団は便水!!と思いき、寝始めを10分の布団で。深い眠りについてから、そと自分の布団に移乗すると、気づくと息子がゴロンゴロンピタッと赤みにくっついてる〜!!(作戦失敗の、現在中学男子母)

カラダの成長が心配… **Q 低学年ママ**

小学校入学から4か月後の健康診断では身長おろの勢で、体重は400gしか増えてない!!幼稚園のときより伸び率が鈍いしてる?!とちょっと心配…。(小1男の子ママ)

R 小学生ママ

小学5、6年生でみんなぐんぐんと大きくなり、連絡帳を届けて来る友達も自分より大きくなって「あ、びんぞ」と感じる。息子の寝姿は、もう小2のおおさんずり立。(小学生・幼稚園児ママ)

2,600gで小さく生まれた息子も2〜3才くらいは大きくな、言わねえようになり…小学校入学してからは、すくすくと横(!)に成長中…。そのうちと縦に伸びると、周囲は言ってくれるけど…(小2男の子ママ)

生まれたときは4,000g超えだった長男。これは大きくなるぞ〜と思っていたら、入園後から今まで前から3番内をしゃりキープ。でも学校のイベントの時の写真は撮りやすからとりて写すことよ。(小5男の子ママ)

その昔、私は中学生になつてぐんぐんと背が伸びた。大きくなりたくなくて、寝ない(寝る子は育つという)・牛乳を飲まない・ジャンプしない(縄跳びは伸びると聞いた)事にした。しかし168cmまで伸びた。現在は、寝る(お肌のため)・牛乳を飲む(骨粗しょう症予防)・ジャンプする(医学的根拠に基づいているのは定かでないが、おなごを刺激すると骨ホルモンの大量分泌により臓器が活性化されると言われている)。しかし、膝に水がたまり始めた。(三原則の結果が伴わない中学男子母)

子育てのピークって、いったいいつ? **Q 乳幼児ママ**

下の子が歩くようになり抱っこの時おれおれと思いき、すぐ何処かへ行ってしまう全く目が離せない。上の子もおべりができて意思の疎通ができるようになったら主張が巧んで毎日振り回されてる泣。一体いつになったら育児がひと段落する??(3才女の子・1才男の子ママ)

R 小学生ママ

睡眠不足で身体もヘトヘトの産後数ヶ月が今までの大変な時期のピークです。当たり前ですが、毎日か必死だった言ひたくない…今は大の字になって寝られる幸せ半分、寝不足半分です。(小2・小5男の子ママ)

いつだって「今でしょ」状態。今は小さいころより手を離せるようになったけど、勉強や学校の準備や習い事、常に時間に追われてる感じ…。(小1男の子ママ)

小さい子二人を連れて、外出先で常に一緒にトイレに入っていたが、上の子に「ちよと待ってて」トイレの外で待っててもらった時、「あ、ちよと手が離れた」と感じた。その時5才。(小3幼稚園女の子ママ)

子育ての大変な時期のピーク。それは我が人生のピークだ!!子育ての振り返り地点を過ぎて、やっとそれに気づいた。でも、日々、何かに、誰かに振り回されてもかたはらいらぬ。(頭ではわかってはいる中学男子母)

ベストアンサーではないけれど… 私の子育てQ&Rリアル!

日々の子育て、いつだって悩みはつきもの…。そこで、陽だまり世代が今感じている不安や疑問を、ちょっと先行く小学生ママに聞いてみたよ。「こうなった、大丈夫!」のリアルボイスで、肩の力を抜いてリラックス!



イライラMAX時の解消法 **Q 乳幼児ママ**

食事はこぼす!おもちをはたらかし!すぐ姉弟でケンカする!!毎日子どもの世話をしているイライライライラ…。しかも子どもが小さいので1人で息抜きをするのができず…。何かいい解消法、対処法があったら教えて!(3才女の子・1才男の子ママ)

R 小学生ママ

イライラが爆発したときは、子どもがいない場所へ、「うー!!!」とうなりながら地面を踏み、おろく、そのときは鬼の形相だったかと…。で、はたと我に戻り、そんな自分にアツアツと涙が…。(小1男の子ママ)

イライラの思いを込めて、クイールワイパーをひたすらかける。でもワイパーを子どもにとられて不完全燃焼になってしまうこと。笑。(小3女の子ママ)

隣の部屋に行き、炭酸をぶ飲み。(小学生・幼稚園児ママ)

この後、離れねえなれになってしまったら、「あの時なんで優しくしてあげられなかったのだろ?と後悔したくない」と、現実逃避して思い直す。(小学生・幼稚園児ママ)

息子とわがが葉のCMを見てソソソ話している。「ママにこの葉、買ってあげなよ」「買ってほしいけど、何で買って渡すの?!」その葉は!?…答えはCMのとおり。(中学男子母の母)

食べない・好き嫌い、どうなった? **Q 低学年ママ**

以前から食べるのが遅く遅く、集中できないタイプ。しかも、嫌いな野菜が多い!おろく食べない、給食も残してしまっている…。男の子はがより食べようにならなくて聞かなくて、いつか大人になっても食べなくていいのかな?(小1男の子ママ)

R 小学生ママ

離乳食をほとんど食べなくて泣いた日もありました。今は気づけば大皿におろくが残ってなくて、母は涙を流しています…(小5男の子ママ)

この子の場合には4、5年生でほとんど食べようになった。苦手の食材も多かったけど、小学校の給食は美味しいので、うちで食べないものを給食で食べてもらい。(うちの食事は美味しいの?!)また、担任の先生によれば苦手の食材は減らせるので子どもは安心している。(小学生・幼稚園児ママ)

●ピクに挿して並べたおろくを食べた ●海苔巻きにするおろくを食べた (小学生・幼稚園児ママ)

苦手の野菜はスーパーと一緒に選んだり、料理に入っている野菜を当てクイズにしたり、なんとなく参加型にしています。さのこはまだだけど、ピーマンは克服したかな。(小5女の子ママ)

小食の息子より一枚ウケたのは、大きな器に盛りつけてみた。すると、残っていた量でも完食!!「子どもで単純〜!と、勝利にはほろ笑。そして、その錯覚を逆手にする事に気づいた私は、その日以来、小さな器にたくさん盛りつけて食べている。(錯覚だけでは癒せられない中学男子母)

もっと先行く中学生ママ、なる姐さんによる子育てコラム『育児は続くよ、どこまでも〜』次号より連載決定!

経験したからこそ話せる子育て事情や正直な気持ち。私たちにまだ先のことでも、知ることによってイメージできたり、今大切にしたいことのヒントが見つかったりするかも!お楽しみに!

お留守番はいつからできる? **Q 乳幼児ママ**

子どもだけでのお留守番、みんないつ頃かしているのかな。うちではまださせたことはないですが、小学生になったら出来るようになるのかな?初めての留守番エピソードや、ママの準備や対策があったらぜひ知りたい!(4才男の子・1才女の子ママ)

R 小学生ママ

上の子は小学生になり大丈夫だったけど、下の子は怖がり…。子どもの性格にもよるから、小さいうちの方が好きなアニメとお菓子で長く留守番してくれたかな。苦笑。(小学生・幼稚園児ママ)

小学校入学の半年後くらいから留守番させています。朝言った事利字守るとスポーツと忘れず仕事が多々あるので、約束事を壁に貼って子どもに思い出させるようにしています。(小2・小5男の子ママ)

体調不良で息子が外に出られないときの犬の散歩。年長ごろから好きなテレビをつけて、その間に自宅周りをぐるぐる5分ぐらい今はもう少し時間が伸びたけど、最初の留守番は怖いみたいで未経験。(小1男の子ママ)

小学生になりカギを渡しても、カギを開けて、ランドセルを置いて、カギを挿しっぱなしで遊びに行っちゃうこともあり、何度の練習が必要だった。(小学生・幼稚園児ママ)

下の子が小4になってから仕事を始めた。「ママ、今日仕事?と寝ている間に聞かせるのが痛かった。中1の今も同じ質問をしてくるが、「寝ている?それと、鍵を開けるのが面倒!とか、塾へ歩いていけないから疲れる!!とか!」と毎回思うが、あえてお互いの為には回答は聞いていない。(疑心暗鬼の中学男子母)

小学生の夏・冬休みの過ごし方、どうしてる? **Q 乳幼児ママ**

放課後は「ふれスク」に行ってるよ〜とよく聞くけど、「ふれスク」ってどんなところ?「ふれスク」以外だとどんな風に過ごしているのかな?夏休み、冬休みなどの長い休みを上手に乗り切るヒント、教えて〜!!(5才男の子ママ)

R 小学生ママ

小学校初めての夏休み。午前中は宿題、午後は「ふれスク」or第一運動公園プール(小学生は10回無料券がもらえた!)※、夕方はいつもの習い事のサイクリング。なんだかんだと忙しそうに終らせてました…。(小1男の子ママ)

※2019年度は、市内在住小中学生に「屋外市営プール10回利用券」配布。年度によって異なります。

インドアのわが子、長期休暇ははるかに図書館の常連さんです。かといって本ではなくマンガ目的。「ふれスク」にお迎えに行ってもはるかにコーナーにいます泣(小2・小5男の子ママ)

近所の公園が「ふれスク」で近所の友達とほぼ毎日過ごし、何日かは親が連れて行く予定を入る。小4になると勝手に友達と第一運動公園のプールに行っていて、親子共々満足。(小学生・幼稚園児ママ)

長期休みが始まる前のカウントダウン。始まる前に!とママ友と決起集会のランチ会。終わる途のカウントダウン。それは、学校が始まるママ友とのお疲れ様会のランチ会へのカウントダウン。(大義名分が必要な中学男子母)

☆ふれスク = 「ふれあいスクール」

各小学校に開設されている、その学区に住んでいる小学生なら誰でも無料で遊べる広場。教室や校庭で遊ぶことができる、職員の方が一緒に遊びながら見守ってくれます。放課後や長期休業中もオープンしていて、季節のイベントも。利用登録すると、下校後、直接利用することもできます。

ふれあいスクールと放課後児童クラブの違いは、2018年秋号(No.66)のシズオコーナーを見てね。
https://www.city.zushi.kanagawa.jp/global-image/units/172644/1-20181024095438.pdf

また、詳しくはポータルサイト「えがお」にも載っているのを見てね。
https://www.city.zushi.kanagawa.jp/global-image/units/82543/1-20190807115640.pdf

「陽だまり」は、返子市子育てポータルサイト「えがお」とリンクしています

返子市子育てポータルサイト「えがお」…返子市が管理・運営する子育てポータルサイト。返子市の各種子育て情報、イベントの体験レポートなどを掲載。「陽だまり」のバックナンバーも閲覧ができます。陽だまり本誌に記載できなかった制作エピソードなども!返子市のHPから、または本誌「陽だまり図書館」ページに記載のQRコードからもご覧いただけます