



まめっこまめっちょ



春は新しい年度が始まる季節。保育園・幼稚園の入園、小学校の入学・進級などで、子どもが新しい道に進む時など、子どもの成長の見通しや距離感に迷うことがありますよね。

「子育て四訓」というものをご存知でしょうか。

- ・乳児はしっかり肌を離すな
- ・幼児は肌を離せ手を離すな
- ・少年は手を離せ目を離すな
- ・青年は目を離せ心を離すな



これは山口市に住む教育者の方が長年の経験を踏まえてまとめたものです。子どもの成長に応じて少しずつ距離を離していく、親としてあるべき姿を示してくれています。親はいつもいつまでも手を差しのべたくなるもの。でもそれは子どもの成長を妨げてしまうことも……。私自身も悩んだ時に、この四訓を心にとめて子育てをしています。ぜひ、参考にしてみてください。

「子育てひろばだより」は
QRコードでもご覧いただけます

調布市若葉町1-29-21

子育てひろば専用

03(3307)6155

東部児童館

TEL 03(3307)6146

FAX 03(3307)6147

<http://www.city.chofu.tokyo.jp>

月	火	水	木	金
5月の予定			1 幼児ひろば	2 赤ちゃんひろば
5 こどもの日 ひろばお休み	6 振替休日 ひろばお休み	7 赤ちゃんひろば	8 幼児ひろば	9 赤ちゃんひろば ※おしゃべりタイム ～お出かけ情報～
12 幼児ひろば	13 幼児ひろば ※身体計測 ・ボールプールの日	14 赤ちゃんひろば ※おしえてスクッピー ・ボールプールの日	15 幼児ひろば	16 赤ちゃんひろば ※身体計測 (助産師相談なし)
19 ひろばお休み (館内清掃日)	20 幼児ひろば ※誕生会(4, 5月合同)	21 赤ちゃんひろば ※身体計測 ・助産師相談	22 幼児ひろば	23 赤ちゃんひろば ※誕生会(4, 5月合同)
26 幼児ひろば	27 幼児ひろば	28 赤ちゃんひろば ※おしゃべりタイム ～病院情報～	29 幼児ひろば	30 ひろばお休み ★講座「赤ちゃんと一緒に♪ストレッチ」

★**幼児ひろば** (月)・(火)・(木) 10:00～12:00

★ランチルーム 12:00～13:00 (月)～(金)

おおむね(しっかり歩けるようになった)1歳～就学前のお子さんと保護者

各自レジャーシートをお持ちください

★**赤ちゃんひろば** (水)・(金) 10:00～12:00

貸し出しはありません

生後2ヶ月～おおむね1歳(歩けるようになった)のお子さんと保護者とマタニティさん

※兄弟姉妹でご利用の際には、上のお子さんに合わせてひろばにお越しください。

※お願い ひろばに遊びに来るときは、**靴を入れるビニール袋を各自でお持ちください。**



〈医療機関の情報〉 ・毎月20日号の市報に翌月の休日診療当番医等が掲載されています。かかりつけ医が休日の際等ご利用ください。
・救急相談センター #7119 救急かどうかについて電話で相談にのり、受診可能な医療機関の紹介をしてくれます。
・子どもの医療電話相談 #8000 平日夜間、休日の子どもの症状の対応について看護師、保健師などが相談にのってくれます。

ひろば利用方法

※初回は、利用登録カード・シール帳・名札作りがあります。

開放時間 10:00～12:00（この時間内であれば、ゆっくり来ても、早めに帰っても大丈夫です）



11:40頃～おもちゃを片付けて、お楽しみタイムをします。

職員と一緒に季節の歌やふれあい遊び、体操、絵本などを楽しみましょう♪



- 1 玄関で靴をビニール袋に入れる（災害時に靴を履いて逃げられるように、荷物と一緒にお手元に置いていただいています。）
- 2 出席表へ名前などを記入
健康チェックも記入してくださいね。
- 3 出席シールを貼る ★出席シールがいっぱいになったら、手作りプレゼントをお渡しします。
- 4 名札の箱から自分の名札を取り、つけて遊ぶ♪
- 5 帰る時は、名札を箱に戻す

***各自でビニール袋をお持ちください**



ランチルームについて

日時：月・火・水・木・金曜日 12:00～13:00

場所：図書室・遊戯室

持ち物：レジャーシート、お弁当、飲み物など



受付：ひろば出席表のランチ利用欄に○をつけてください。

ひろば終了後、遊戯室の片付けが終わりましたら、ご利用いただけます。電子レンジもありますので、お使いになりたい方はお申し出ください。

「みんなで食べるといつもより食べるようになる!」「お昼ごはん後で、帰り道に寝ちゃっても大丈夫!」など生活リズム作りや、ママパパ同士おしゃべりしてリフレッシュタイムにもご利用ください。

ベビーカー置き場について

東部児童館のベビーカー置き場には、屋根がありません。雨天では濡れてしまったり、日差しが強い時にはベビーカーが熱くなってしまうこともあります。カバーを用意する、ベビーカーの幌をおろす、折りたたむなどの対応をしていただけるとよいと思います。

ご不便をおかけいたしますが、ご協力をよろしくお願いいたします。



★写真撮影についてお願い

ひろばでお子さんの可愛い姿を撮影することもあるかと思いますが、その際、他の子が写りこまないようにご配慮ください。

写真を SNS 上に投稿する際などは特に、今一度その点をご確認くださいようお願いいたします。

またひろばでは、職員が活動記録用として、全体的な雰囲気わかる写真を撮影させていただくことがあります。

それを館内掲示、広報誌や市のHPに掲載させていただく場合もありますので、ご都合が悪い場合には、お知らせください。

撮影する際には、その都度お声がけいたします。



ひろばご利用に際してのお願い

- ・風邪症状やいつもと違う様子（熱が37.5度以上ある、食欲がない、母乳などの飲みが悪い、機嫌が良くないなど）がある時は、ひろばの利用をお控えください。お家でゆっくりしましょう。

5月の催し

●先着順の催しは、原則的に市内の方優先となっておりますので、予めご了承ください。



・**身体計測** ※児童館職員がお手伝いして、お子さんの身体計測を行います

幼児ひろば 5月13日(火) 10:30~11:30 (受付11:15まで)

赤ちゃんひろば ★計測時に使用しますので、バスタオルなど敷く物を忘れずにお持ちください。

①5月16日(金) 10:00~11:30 (受付11:15まで) 計測のみ

②5月21日(水) 10:00~11:30 (受付11:15まで) 計測・助産師相談

当日の出席表の相談希望欄に○をつけてください。

受付順でご案内します。お待ちいただくこともありますので、時間に余裕を持っていらしてください。

*助産師相談とは・・・赤ちゃんの成長・発達のこと、ミルクや母乳のこと、ママの体のケアなどが相談できます。

赤ちゃんもママも楽な抱っこの仕方なども教えてくださいますよ！些細なことでもお気軽にご相談ください。



いつもは出ていない遊具が出ます。遊んでみてね！
「ボールプールの日」

- ・5月13日(火) 幼児ひろば
- ・5月14日(水) 赤ちゃんひろば



プチおしゃべりタイム(赤ちゃんひろば内) 11:30~11:45

子育てのこと、ママパパ自身のこと「他の人はどうしているのかな？」と思うこと、ありますよね。

ひろばに遊びに来ているママパパ同士で、情報交換をする時間を作りたいと思います。ぜひ、ご参加ください！

・5月9日(金) テーマ「お出かけ」 散歩コース、公園、水遊び、イベントなどのお出かけ情報

・5月28日(水) テーマ「病院情報」 小児科、歯科、眼科、皮膚科、耳鼻咽喉科、整形外科などの病院情報

※当日は11:20頃片付けます。また11:45頃から職員と一緒に楽しみタイムをしましょう♪

また、テーマを募集しています。「こんなこと聞いてみたいな」ということがありましたら、職員までお知らせください。



おしえて！ スクッピー



子ども発達センターからコーディネーター、保育士、言語聴覚士や作業療法士などの方がひろばに来て、相談をすることができます。ぜひ、ご利用ください。

★子ども発達センターとは…子どもの発達のことによって不安や心配があるときに相談できるところです。

言語聴覚士、作業療法士、保育士、保健師、心理士、理学療法士など様々な専門家がいます。

5月14日(水) 赤ちゃんひろば内 10:00~11:30



今回は、コーディネーターと発達専門の保育士とお話ができます。「発達センターはどんなところ？」「利用するにはどうしたらいいの？」などのセンターの利用方法や「最近こんな動きが気になるんだけど・・・」などの発達で気になるところの相談ができます。

・幼児ひろば対象の方も相談可能です。職員までお声がけください

※6月4日(水)は作業療法士の相談日を予定しています



4月・5月誕生会♪ 11時45分頃～

- ・幼児ひろば 5月20日(火)
- ・赤ちゃんひろば 5月23日(金)



4月、5月にお誕生日を迎えたお友達を、お楽しみタイム時にみんなで一緒にお祝いしましょう！

誕生カードと王冠をプレゼントいたします。誕生カード用に足型または手型をとりますので、

ご希望の方は11時頃までにいらしてください。＊指定日にご都合がつかない方は、別日で対応いたします。お声がけください。

●6月のイベントのお知らせ

対象：0歳～3歳前後

調布市子ども家庭センター母子保健係

「ふれあいおやこ講座」～こころ・ことばを育てるヒント～

心理士・保育士

6月6日(金) 11:00～12:00 ※10:00～11:00は赤ちゃんひろばを実施します

「この時期の子どもの発達は？」「ことばはどう成長するの？」「しつけはどうする？」「子どもとはどうやって遊べばいいの？」などの疑問を解消するヒントのお話と、保育士と一緒に楽しく遊ぶ時間があります。ぜひご参加ください。 **－申込不要－**

申込み制の5月、6月講座



★「赤ちゃんと一緒に♪ ストレッチ」

この日のひろばはお休みです

日時：5月30日(金) 午前10:30～11:30

対象：2ヶ月～歩く前の乳幼児と保護者 先着15組程度

服装：動きやすい服装(はだしになることもあるので、素足に靴下がおすすです)

持ち物：水分補給の飲み物、汗拭きタオルなど

講師：山川 容子氏(鍼灸師・健康運動指導士)

赤ちゃんは、抱っこも多いので、腕や背中もカチコチになっていませんか？自分の体の状態を確認することは大切です。

赤ちゃんと一緒に楽しく気持ちよくストレッチして、心も体もリラックス♪

心身を落ち着かせ、全身の気の流れをよくする効果のある、中国の国民体操「練功十八法」も調布市の児童館では初めてやりますよ！是非色々覚えて、毎日の生活に取り入れてくださいね。

申込：5月9日(金) 10:00～ 5月28日(水) 12:00 お申し込みは下記QRコードから



<https://logoform.jp/f/BhWt>

※調布市内の方専用フォームとなります。市内の方優先となるため、市外の方は、定員に余裕がありましたらご参加いただけます。お電話でお問合せください。



★「親子でニコニコ☆音楽あそび」

この日のひろばはお休みです

親子で触れ合いながら、音やリズムに合わせて体を動かすことを楽しみましょう♪

日時：6月11日(水)



①幼児クラス 午前10:20～11:00



(歩ける1歳以上の幼児と保護者)

先着15組程度

②赤ちゃんクラス 午前11:20～12:00



(2ヶ月から歩く前の乳幼児と保護者)

先着15組程度

講師：且田 泰代氏(児童音楽講師・フルート奏者)

申込：5月21日(水) 10:00～ 6月10日(火) 12:00 お申し込みは上記QRコードから



<https://logoform.jp/f/xhfa2>

※調布市内の方専用フォームとなります。市内の方優先となるため、市外の方は、定員に余裕がありましたらご参加いただけます。お電話でお問合せください。