



# さかえ・こどもセンター

## 2019/ 9月の予定表

市川市北国分4-10-3 TEL047(373)0191

- 予定表の、『O・S』は室内と園庭、自由に遊べるオープン・スペースです。  
別のプログラムのある日でも、自由に遊べます。
- 妊婦さん・0才は、午後1時～3時、1才以上の親子は、10時～12時にどうぞ。  
お弁当タイムは、12時～13時 ※ 午前中の0才親子の来所はOKです！
- 風の谷こども園の離乳食・給食試食会日程は、月・水曜日です。センターの献立表や電話でお確かめいただき、できるだけ1週間前までに、お申込ください。

	月	火	水	木	金	土
日	2	3	4	5	6	7
午前	O・S(1才～)	国府台小O・S 10:30～第2校舎小劇場	O・S(1才～)	アンティ・マミー (いきいきセンター北国分)	O・S+ママフリマ ママ一定例会	子育て講座 10:00～12:00
午後	O・S(0才と妊婦さん)	O・S(0才と妊婦さん)	O・S(0才と妊婦さん)	センターは園庭開放 O・S(0才)	O・S(0才と妊婦さん)	ランチタイム 12:00～13:00
日	9	10	11	12	13	14
午前	O・S(1才～)	ホッとスペース	O・S(1才～)	あつまりっこ保育	あつまりっこ保育	風の谷まつり
午後	O・S(0才と妊婦さん)		O・S(0才と妊婦さん)	O・S(0才と妊婦さん)	O・S(0才と妊婦さん)	
日	16	17	18	19	20	21
午前	祝日	みんなで遊ぼう じゅんさい池公園(雨天:センター)	O・S(1才～)	アンティ・マミー(風の谷) 園庭開放	O・S(1才～)	園庭開放(10～12時) ランチタイム12～13時
午後		O・S(0才と妊婦さん)	O・S(0才と妊婦さん)	O・S(0才と妊婦さん)	リラックスヨガ講座 妊婦さん～0才	パパと一緒にの母親学級 13:00～15:00
日	23	24	25	26	27	28
午前	祝日	大野アンティマミー センターは双子の会	O・S(1才～) 拭き拭きお掃除タイム	森のサロン	この指とまれ 森で遊ぼうごっこ	園庭開放(10～12時) ランチタイム12～13時
午後		ハッピー・マタニティ 妊婦さん～3ヶ月	O・S(0才) 発育測定	O・S(0才と妊婦さん)	この指とまれ 赤ちゃん手形アート	
日	30	こたつの部屋:6日(金)はアンティ・マミー一定例会 11日(水)25日(水):人形劇クラブ 13日(金)、27日(金)は、ハンドメイドクラブ				
午前	O・S(1才～)					
午後	O・S(0才と妊婦さん)					

### <リラックス・ヨガ講座> 20日(金) 1時

対象: 0才親子 参加費: 300円

(45分間) ヨガマットかバスタオル、お茶等

予約

### <ハッピー・マタニティ> 24日(火) 1時

対象: 妊婦さんと3ヶ月までの赤ちゃん

### <離乳食試食> 25日(水)

赤ちゃんの離乳食を、実際に食べてみませんか?初めて口に入れる食材はお家で食べてきていただきますので、早めにご予約を!

(大人400円子ども300円)

予約

### <この指とまれ0才>

「赤ちゃん手形アート」27日(金) 1～3時

### <ホッと・スペース> 10日(火) 午前・午後

年齢問わず、わが子の発達が気になる方、丁寧な支援が必要な子  
風の谷こども園嘱託公認心理師 臨床心理士 橋本洋子先生

### アンティ・マミー 対象: 1才～ (2時間500円)

子育てサポーターさんが、お子さんを2時間お預かり。

場所: 5日(木): いきいきセンター北国分  
19日(木): さかえ・こどもセンター

予約

### あつまりっこ保育 対象: 1才～

12日(木)、13日(金) 両日参加

予約

### <この指とまれ1才～>

「森で遊ぼうごっこ」27日(金) 10:30～12:00

堀之内貝塚公園(歴史博物館前緑地)集合。おにぎり持参で、みんなで一緒に遊んでピクニック! 雨天: センター

### <国府台小O・S> 3日(火) 10:30～

工作と遊び。第2校舎2階は、正門、プール門から行かれます。

### <みんなで遊ぼう> 17日(火) 10:30～

じゅんさい池公園砂場脇 体操・お話・手遊びうた

### <今月の土曜日: 21、28日は園庭開放>

### <ハッピーマタニティフェスタ>

1日(日) 10:30～ ニッケコルトンプラザ

### <子育て講座> 7日(土) 10～12時

### <風の谷まつり・バザー> 14日(土)

10:30～13:00 楽しいゲーム、おいしいランチ。ご家族でどうぞ! ※ 駐車場なし、小銭持参で!

### 21日(土) 1～3時 <パパと一緒にの母親学級>

先輩パパから、プレパパへ、赤ちゃんの沐浴のコツを伝授!

## 育児メール No.311

長い梅雨のあとの猛暑、台風の通過、ご家族でのおでかけ…笑顔と共に、それぞれにがんばった夏、ご家族の生活リズムは戻りましたか？

「この夏オムツをはずす予定だったのに、逆戻りしちゃって…」と話してくれたお母さんがいました。食事（少食や好き嫌い）もそうですが、良かれと思って大人が頑張りすぎると、子どもには、かえって気持ちの負担になることもあります。トイレも食事も、長い目で見て“たのしく”を目指しましょう！

＜おむつはずしのNG＞

- 便器に長く座らせる。
- 失敗した時に、大人が焦ったり、がっかりしたり、叱ったりする。
- よその子と比べる。（その子によって、ペースやタイミングは違います）

＜食事のNG＞

- 30分以上食べている
- 遊んだり食べたり（遊び始めたら、叱らずにごちそうさまさせましょう）
- 手をかけすぎる料理（食べてね！のプレッシャーがかかる）
- 「これ食べないとデザートないよ」と言う
- お菓子、ジュースや牛乳でお腹一杯

★ 悩んだら、センターに来ておしゃべりしませんか？

先輩ママの成功談・失敗談、参考になるかもしれませんよ。

～子育て講座～ 9/7(土)10時＜パパと遊ぼう・夫婦で学ぼう＞

「パパと子どもの外遊び」+まなび＜子育ての正解はあるの？＞

（講師：風の谷こども園嘱託 公認心理師・臨床心理士 橋本洋子先生）

ママとパパ参加の講座です。

土曜日ですので、

ご家族お揃いで、いらっしやいませんか？

参加してみませんか？

### ＜あつまりっこ保育＞

「あつまりっこ保育ってなに？」

毎月第2木・金曜日（9：40～11：40）2日両日参加します。

Aさん「今日は私が、うちの子とお宅の子をみてるわね」

Bさん「じゃあお願いします。いってきま～す！」（ママの自由時間）を、翌日は交替する、ママ同士の子どもの預かりっこです。

「参加方法は」

予約表（センターにあります）に、母子の名前と2日間のうち外出と保育の希望日を記入する。

～ママ達の感想より～

- 他のお母さんの、子どもへの声かけや関わり方が参考になる。
- ふだん余裕がなくて、わが子になかなかやさしくできないけど、よその子なら、泣いていてもかわいいと思える。
- 他の人も同じ環境でがんばっているのがわかって、安心できた。

### うたおう あそぼう

ちゅっちゅ ここへ とまれ  
とまらんちゅっちゅは とんでいけ～！

♪ おてだまやハンカチをつかって遊びます。