

おやこ広場だより

「高校生子育てふれあい体験」がありました。普段小さい子と接する機会の少ない高校生たちも、お友だちの「あそぼう！」のお誘いに自然と笑顔になりました。一緒にブロックをしたりおままごとをしたり、読み聞かせをしてくれるお兄さんお姉さんを、ママたちも笑顔で見守ってくださっていましたよ。

1ヶ月の赤ちゃんを抱っこさせてもらうと、「小さくてかわいい♡」。次に5ヶ月のお子さんを抱っこさせてもらうと「こんなに大きくなるんですね！」とお子さんの成長を感じていました。

体験期間中は、おうちの方から普段のお子さんの様子を教えてもらったり、「一緒に遊んでもらって楽しかったよ」との言葉もたくさんかけて頂きました。ご協力ありがとうございました。



託児ルームだより

あ〜べの広場の前の道路が工事中で、広場からはいろいろな工事車両を見ることができて子どもたちは大喜びです。ふだん託児ルームの窓からは見えにくい工事車両が、この日は託児ルームの前に停まって牽引トラックからロードローラーを乗せ下ろしをしていました。

大きなロードローラーに男の子は目が釘付け！じっくりと見ることができて大喜びでしたよ。その後、託児ルームにあるトラックやパワーショベルの車を使って工事ごっこをして楽しく遊びました。また託児ルームから働く車、見られるといいね！



10月のイベント情報 ※イベントは変更になることがあります

- 9/30(月)~10/2(水) エクセル検定3級対策講座
- 4(金) ベビーマッサージ
- 5(土) 発達相談会
- 8(火) お金のはなし
- 9(水) おしごと相談/保健師相談/赤ちゃんと一緒に6期③
- 15(火)~16(水) エクセル検定2級対策講座①②
- 16(水) 助産師相談/赤ちゃんと一緒に6期④
- 18(金) プレママお茶会
- 18(金)・19(土) すくすく成長記録日
- 19(土) 母乳育児なんでも相談
- 20(日) 赤ちゃんと一緒にハーフバースデー
- 21(月)・23(水) エクセル検定2級対策講座③④
- 23(水) 赤ちゃんと一緒に7期①
- 25(金) お誕生会・ハーフバースデー
- 28(月) ペビトレヨガ
- 29(火) 館内整理日のためお休み
- 30(水) 栄養士相談/赤ちゃんと一緒に7期②

月刊あ〜べ通信

あ〜べあ〜べ！あ〜べ！

2019年
9月号

あ〜べのイベントが一目でわかるカレンダーやイベント情報・講座や相談のほかにも、子育てに役立つ情報を毎月お届け！

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---------------------------------|------------------------|--|-----------|-------------|------------------|-----|
| 8/26 ★「ほめ写」ってなあに? | 27 お休み (館内整理日) | 28 ★赤ちゃんと一緒に5期① | 29 お休み | 30 | 31 | 9/1 |
| 2 ★短期集中エクセル講座 | 3 防災のはなし① | 4 助産師相談 ★赤ちゃんと一緒に5期② | 5 お休み | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 防災のはなし② | 11 おしごと相談 保健師相談 ★赤ちゃんと一緒に5期③ | 12 お休み | 13 | 14 | 15 |
| 16 敬老の日 | 17 お誕生会 ハーフバースデー | 18 ★赤ちゃんと一緒に5期④ | 19 お休み | 20 保健師相談 | 21 母乳育児なんでも相談 | 22 |
| 23 秋分の日 | 24 お休み (館内整理日) | 25 離乳食 みんなどうしてる? ★赤ちゃんと一緒に6期① | 26 お休み | 27 | 28 | 29 |
| 30 ★エクセル検定3級対策講座 ~10/2(水) | | | | | | |

…マタニティday (10:00 ~ 12:00)

…身長・体重が測れます (10:00 ~ 12:00)

…お誕生会・ハーフバースデー (10:00 ~) 9月生まれ・平成31年3月生まれのお友達のお祝いです

★…参加に申込が必要 マークが無いものは申込不要 ※予定が変更になる場合があります

毎月最終火曜日は館内整理日のためお休みです

トピックス

お話編 離乳食みんなどうしてる? 調理編

9/25(水) 10:30~11:30

場所: 子育てランドあ〜べおやこ広場 <時間までにお越しください>

★今回は「お口の成長と離乳食の進め方」についてもお話します。



栄養士相談

10/30(水) 10:00~12:00

場所: 子育てランドあ〜べおやこ広場 <時間までにお越しください>

妊娠中や産後・授乳中の食事、離乳食や幼児食について、おやこ広場で気軽に相談できますよ!

★11/1(金) 10:00~11:30

場所: Pont tree cafe(あ〜べ隣)
対象: 生後5~8カ月頃の
離乳食に興味のある保護者
定員: 6名 材料費: 200円
持ち物: エプロン・三角巾
※調理中、手が空くようにおんぶ紐かベビーカーをご準備ください。

要申込

あ〜べ 子育てランドあ〜べ

TEL 023-615-1930 休館日:木曜日、毎月最終火曜日、年末年始
開館時間 9:00~17:00 場所:山形市七丁目1-1-1 N-GATE 1F
託児ルーム 9:00~16:30(要予約) PC・スマホサイトhttp://ikuji-land.jp/

乳幼児とその保護者のための交流や子育て支援の施設です。親子で遊べるおやこ広場や、目的を問わずお子さまをお預かりする託児ルームがあります。また、育児に関する相談や、ママ達のための各種講座も実施しています。

登録している就学前のお子さんの誕生月に **全国共通** **子育て応援パスポート** を受付でご提示いただくと、保護者の方に「ありがとう&おめでとう」のプレゼントを差し上げます。

【あ〜べのLINE@】 イベント情報をスマホにお知らせ！友だち登録してくださいね♪

①QRコードを読み取り、友だち追加してください。

②LINEアプリ内の「その他」>「友だち追加」>「ID検索」からID [@btt8215a] を入力

N-GATE駐車場 ご利用について

あ〜べご利用の方 / 託児ルームご利用の方

駐車1時間 無料券発行 / 送迎時間分 補助券発行

※詳しくはあ〜べ受付まで (駐車券をお持ちください)

赤ちゃん・小さい子どもがいる おうちの防災対策

9月1日は『防災の日』。日頃から備えておきたい“いざという時”のこと、見直してみませんか？

●最寄りの避難所、知っていますか？

災害が発生した場合、避難所はお住いの地区ごとに指定されています。また、地震・洪水・土砂災害など種類によって避難所が変わる場合もあります。まずは自治体が配布しているハザードマップを入手しましょう。各自治体のホームページからも見ることができます。



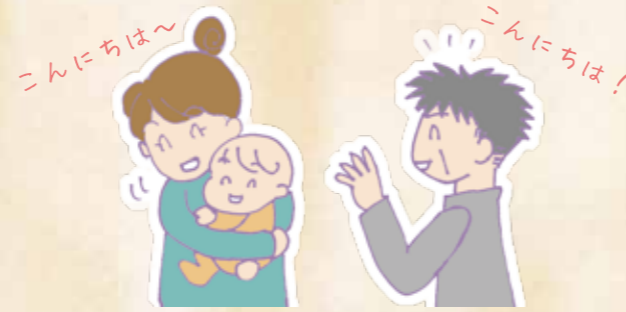
●避難バッグを用意しよう

ふだんから持ち歩いている“ママバッグ”。避難バッグに最適な中身が入っているんです。オムツ、おしりふき、ミルクや飲み物、おやつやベビーフード、数回分の着替え、好きなおもちや、母子手帳ケース…被災したときに役立つものばかり！避難が必要な場合はママバッグにプラスして、大人の着替えや食料をリュックに準備しましょう。



●地域とつながろう

乳幼児・妊産婦のいる家庭は、人の手助けが必要になります。いざという時、地域の方やご近所の方に状況を知ってもらうためにも、ふだんからあいさつを通して顔見知りになっておきたいですね。



●家の中の危険箇所、ありませんか？

家具の上から落ちてきそうなものがないか、家具が倒れた時に通路が確保できるか、子どもが過ごす部屋に背の高い家具を置かない…など、子ども目線で危険な箇所を再チェックしてみましょう。それ以外の家具も、固定金具・滑り止めマットや粘着マット、つっぱり棒などで転倒防止対策を。



●ふだんの暮らしの中でできる対策

【ローリングストック法】

①備蓄用食材を用意→②定期的に古いものから食べる→③食べた分を買い足す。ローリングストック法なら日常生活で消費しつつ備蓄品の鮮度を保ち、いざという時も普段から食べられた食品を非常食にすることができます。

【ふだん使いの物もストック】

災害時は、いつも使い慣れている商品が手に入りにくくなるのが想定されます。トイレットペーパーなどの日用品や生理用品、紙おむつやおしりふき・ミルクなどのよく使う物品も食品と同じように、常時ストックして備えておきたいですね。



防災のはなし

場所：子育てランドあ〜べ おやこ広場 ~時間までにお越しください~

①いのちを守る 親子になる！

~知って楽しむBOSAIメソッド~

9/3(火) 10:00~11:00

講師：細谷真紀子さん(減災Days主宰)

子育てしながら防災は難しい!?!実はどちらも生きる力を育む事。楽しい防災術を知って、親子で生きていく力をアップしよう!

②災害時の食事

~我が家版にカスタマイズ~

9/10(火) 10:00~11:00

講師：石垣和恵さん(山形大学准教授)

省エネ調理、調理の時の衛生管理、ローリングストック法など、災害時に食材を“守って・生かす”方法についてお話をお聞きます。

【今月の各種講座】

★パソコン講座

エクセル検定対策講座

3級：9月30日(月)・10月1日(火)・2日(水) (全3回)

2級：10月15日(月)・16日(火)・21日(月)・23日(水) (全4回)

エクセルを使って表計算などをする講座です。処理条件に従って、データの入力、計算を行い表とグラフを完成させます。四則演算のほか、関数を使って答えを出すところもあります。検定対策でありながらそのまま実務で役立つ内容が満載です。検定試験を受けなくても、エクセルを勉強したい方にもオススメです。

- 対象：パソコンの文字入力ができる子育て中の方
- 受講料：3級1000円、2級1100円(講座初日にお支払いください)
- 定員：各15名 ※要申込
- 託児料：お子さん1人1回500円(事前予約が必要です。お申し込みの際にお知らせ下さい。)

★赤ちゃんと一緒に~BP(ベビープログラム)~

6期・7期 (全4回) 13:00~15:00

6期：9月25日(水)・10月2日(水)・9日(水)・16日(水)

7期：10月23日(水)・30日(水)・11月6日(水)・13日(水)

他のお母さんたちと一緒に赤ちゃんとの生活について、話したり考えたりして子育て仲間をつくりませんか？赤ちゃんと一緒に参加するプログラムなので安心です。

- 対象：第一子が2~5か月のお子さんとお母さん
- 6期：平成31年4月11日~令和元年7月25日生まれ
- 7期：令和元年5月9日~令和元年8月23日生まれ
- み切：6期：9月18日(水)、7期：10月16日(水)まで
- 定員：各20組(赤ちゃんと一緒に参加して下さい)※要申込
- 参加料：無料(ただし、テキスト代として980円が必要です)

●申し込み受付は、開催1か月前からとなります。 ●受講料、託児料はそれぞれおつりの無いようにお持ちください。

【あ〜べで相談しましょ】

保健師・助産師・栄養士相談 子育てでちょっと困った時、心配になった時、優しくおやこ広場で相談にのってくれます。

保健師：9月11日(水) 13:00~14:30、9月20日(金) 10:00~11:30 助産師：9月4日(水) 10:00~12:00

★発達相談会 次回10月5日(土)10:00~12:00 言語聴覚士による個別相談です。申し込みたい方はスタッフに声をかけてください。

“はじめてみようかな おしごと”相談

9月11日(水) 10:00~12:00

マザーズジョブサポート山形のマザーズコンシェルジュによるおやこ広場での再就職についての相談会です(就職の斡旋ではありません)。

母乳育児なんでも相談

9月21日(土) 10:00~12:00

母乳育児を応援する会メンバーの小児科医、産婦人科医、助産師等がおやこ広場にきます。予約は不要です。時間内にお越しください。

★ママのための予約制カウンセリング 不定期開催(要申込)

ママのための個別相談です。相談したい方とカウンセラーの日程調整をします。お問い合わせください。

シンシンの会 シングルのママが安心(シン)して集える会です。※要申込

★ゆっくりタイム

★交流会【芋煮会】

次回10月26日(土)10:00~12:00 個別の相談ができます。3日前までご予約下さい。

9月22日(日)10:00~ ※詳細はあ〜べまでお問い合わせ下さい。 場所：みはらしの丘はらっぱ館

お問い合わせ・お申し込みは 子育てランドあ〜べまで ☎023-615-1930 ★…参加に申込が必要 マークが無いものは申込不要