

## おやこ広場だより

9月1日は“防災の日”。おやこ広場では二週にわたり『防災のはなし』を行いました。

1回目は「いのちを守れる親子になる！」と題して、防災士の細谷真紀子さんに、起こりうる災害に備えて日用品で工夫できる防災用品などの話を聞きました。

2回目は「災害時の食事」と題して、山形大学准教授・石垣和恵さんに“ローリングストック”で家族や自分好みの保存食品を災害用にも活用する方法の話を聞き、実際にいろんな食品を見せてもらいました。

ママ達からは「災害時、子どもと一緒にどのような行動をするべきか?」「日ごろの備えなど、詳しく聞けてよかった」など、改めて“いざという時”のことや、日ごろの備えについて考えるきっかけになったとの声が聞かれました。



### カフェより

実りの秋になりましたね。山形名物の芋煮は食べましたか?お芋に果物、おいしい秋を満喫してくださいね。カフェでは秋野菜を取り入れたメニューでお待ちしています!

【営業日/月・火・水・金 11:00~14:00】

## 託児ルームだより

週末の託児ルームは、幼稚園や保育園に通っている子ども達もやってきます。

この日は、4歳の女の子二人がお弁当箱におまごとの果物やホットケーキを詰めて「みんなでピクニックにいきましょう」と小さな友達を誘ってくれたり、大きな箱をお風呂に見立て“温泉ごっこ”に遊びが広がっていました。

いっぱいお風呂を楽しんだ後、2歳の男の子がささやくような声で「赤ちゃん起きるから、しーっ」と口に指を当て、お人形さんを優しくトントンして寝かせていました。とってもかわいイイクメンぶりでしたよ。



幼児教育・保育の無償化に伴い「特定子ども・子育て支援施設」として山形市へ届出をしました。対象の方は受付にてお声がけ下さい。

## 11月のイベント情報

※日程は変更になることがあります

- 1(金) 離乳食みんなどうしてる?調理編
- 5(火)・6(水) 短期集中ワード講座①②
- 6(水) 保健師相談/赤ちゃんと一緒7期③
- 8(金) おやこdeストレッチ
- 11(月)・12(火) 短期集中ワード講座③④
- 12(火) 助産師相談
- 13(水) おしごと相談/赤ちゃんと一緒7期④
- 15(金)・16(土) すくすく成長記録日
- 16(土) 母乳育児なんでも相談
- 18(月)~20(水) ワード検定2級・3級対策講座
- 19(火) お誕生会・ハーフバースデー
- 20(水) 保健師相談/赤ちゃんと一緒8期①
- 22(金) ぶつくサロン
- 26(火) 館内整理日のためお休み
- 27(水) 赤ちゃんと一緒8期②

月刊あ〜べ通信

# あ〜べ!あ〜べ!

2019年  
10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
9/30 ★エクセル3級対策講座	10/1	2 ★赤ちゃんと一緒6期②	3 お休み	4 ★ベビーマッサージ	5 ★発達相談会	6 ★シンシンの会
7 保育士資格取得準備サークル	8 お金のはなし	9 おしごと相談 保健師相談 ★赤ちゃんと一緒6期③	10 お休み	11 保育士資格取得準備サークル	12 おやこでクラフト 保育士資格取得準備サークル	13 ★日本情報処理検定協会 検定日
14 体育の日	15 ★エクセル2級対策講座①②	16 助産師相談 ★赤ちゃんと一緒6期④	17 お休み	18 ★プレママお茶会 避難訓練	19 母乳育児 なんでも相談	20 ★赤ちゃんと一緒 ~パパ編~
21 ★エクセル2級対策講座③	22 即位礼正殿の儀	23 ★エクセル2級対策講座④ ★赤ちゃんと一緒7期①	24 お休み	25 お誕生会 ハーフバースデー	26 ★シンシン ゆっくりタイム	27 保育士資格取得準備サークル
28 ★ベビトレヨガ	29 お休み (館内整理日)	30 栄養士相談 ★赤ちゃんと一緒7期②	31 お休み	11/1 ★離乳食 みんなどうしてる? ~調理編~	2	3

…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~)  
10月生まれ・平成31年4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

### ★プレママお茶会

10月18日(金) 10:00~12:00

プレママのお友達に教えてあげてね!

カフェでプレママ同士、ゆっくりお話してみませんか?助産師さんもいるので安心してご参加ください。赤ちゃんのおもちや“にぎにぎ”も作ります。あ〜べのおやこ広場見学にも行ってみまよ。

- 場 所: ポンツリーカフェ (あ〜べ隣)
- 対 象: 妊娠中の方
- 参加費: 300円 (お茶付き) ※要申込



### ★赤ちゃんと一緒~パパ編~

10月20日(日) 10:00~12:00

赤ちゃんの事をもっと知りたい!と思っているパパ、もっと知ってほしいと思っているママ。皆で集まってみませんか?もちろんパパと赤ちゃんだけの参加も大歓迎!※要申込

- 場所: 子育てランドあ〜べ研修室、ポンツリーカフェ
- 対象: 月齢6か月位までの赤ちゃんパパとママ
- 定員: 10組 (赤ちゃんと一緒に参加してください)
- 参加費: 300円 (お茶付き)

## 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:山形市七日町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)

まなぼう! つくろう! たのしもう!

# 10月・11月 秋のあ〜べは イベント もりだくさん♪

まなぼう!

子育てママ・パパのための  
「おかね」のはなし  
10/8(火) 10:00~11:00  
会場: おやこ広場  
お話: 山形財務事務所の方(子育て中)  
内容: 子育て世代のライフプランなど

★ベビーマッサージ  
10/4(金) 10:00~11:00  
会場: 研修室  
対象: ねんね期の赤ちゃん  
定員: 10組 ※要申込  
参加費: 500円

保育士資格取得準備サークル 10:00~12:00

10/7(月)・11(金) 学習スペース開放日

10/12(土) 後期試験に向けて

10/27(日) 後期試験ふりかえり・実技試験に向けて

11月(日時未定) 実技試験対策

10月の後期試験目前! 過去問題に取り組んだり、情報交換をして試験対策をしていきます。

★エクセル検定対策講座 10:00~12:00 定員: 各15名

【3級】9/30(月)・10/1(火)・2(水)

【2級】10/15(月)・16(火)・21(月)・23(水)

受講料: 3級 1000円・2級 1100円 託児料: 3級・2級ともに1人1回500円

毎回人気の「エクセル講座」。検定試験を受けなくても、エクセルをもっと学びたい方もどうぞ!

つくろう!

この日は「街なか賑わいフェスティバル・七日町クラフト天国」!!

おやこでクラフト

10/12(土) 10:00~

会場: おやこ広場

おやこで作るエコバッグ!

材料がなくなり次第終了となります。お早目にお越しください。

※当日は、歩行者天国により交通規制があります。気をつけてお越しください。

★離乳食みんなどうしてる?  
〜調理編〜

11/1(金) 10:00~11:30

会場: Pont tree cafe (あ〜べ隣)

対象: 5~8か月の離乳食に興味のある保護者

定員: 定員: 6名 ※要申込

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。

たのしもう!

★ベビトレヨガ 10/28(月)

会場: 研修室 定員: 各15組

①10:00~11:30

対象: 1才未満のお子さんとお母さん

②13:00~14:30

対象: 2才未満のお子さんとお母さん

※お申込方法は、あ〜べ内に設置されたチラシをご確認ください。

おやこdeストレッチ

11/8(金) 10:00~11:00

会場: 研修室

ぶっくサロン<秋>

11/22(金) 10:00~12:00

会場: おやこ広場

## 【今月の各種講座】

★パソコン講座

短期集中ワード講座

11月5日(月)・6日(火)・11日(月)・12日(火) (全4回)

仕事をする上で押さえておきたいワードの基本操作・文章作成・エクセルとの連携などを学ぶ講座です。ワードの基礎から復習したい方や再就職準備としてワードの操作に慣れておきたい方におススメです!

ワード検定2級・3級対策講座

11月18日(月)・19日(火)・20日(水) (全3回)

タイピングと文書作成の実技を問うワープロ検定、2級・3級範囲の対策内容です。書式設定や表作成など文書作成の基本を学ぶので、ワードを初めて使う方・ blanksがある方・基本を勉強したい方も大歓迎です。

- 対象: パソコンの文字入力ができる子育て中の方
- 受講料: 短期集中1500円、検定対策1000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 短期集中750円・検定対策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)〜

7期・8期 (全4回) 13:00~15:00

7期: 10月23日(水)・30日(水)・11月6日(水)・13日(水)

8期: 11月20日(水)・27日(水)・12月4日(水)・11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
- 7期: 令和元年5月9日~令和元年8月23日生まれ
- 8期: 令和元年6月6日~令和元年9月20日生まれ
- み切: 7期: 10月16日(水)、8期: 11月13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1000円が必要です)

## 【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: 10月9日(水) 13:00~14:30 助産師: 10月16日(水) 10:00~12:00 栄養士: 10月30日(水) 10:00~12:00

★発達相談会 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

10月9日(水) 10:00~12:00

マザーズジョブサポート山形のコンシェルジュがおやこ広場に来ます。再就職や保育所について相談ができます。(就職の斡旋ではありません)

母乳育児なんでも相談

10月19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来ます。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

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。

★交流会【バス遠足】

10月6日(日) 9:30~ 場所: 朝日少年自然の家

※詳細はあ〜べまでお問い合わせ下さい。

●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。

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