



あ〜べの図書コーナーより

今月の1冊



『14ひきのやまいも』 いわむらかずお・作 童心社

秋の森は実りの秋。木の実・草の実たくさんある中、14ひきのねずみの家族はやまいもほりに出発! 「よいしょ、よいしょ」「えいさ、えいさ」家族みんなで力を合わせて大きなやまいもを掘り出します。掘ったやまいもは「ほうちようトントン」「すりこぎゴリゴリ」みんなで料理。準備ができたらいadakimasu!

14ひきシリーズは全巻をとおして四季を感じることでできる絵本です。秋のおはなしで、14ひきのねずみそれぞれの動きや秋の森の雰囲気を楽しみながら読むことのできる絵本です。

【おやこ広場では大人1人2冊・2週間まで図書貸し出しができます。詳しくはスタッフまで】

あ〜べの活動報告

9/17 (日) 赤ちゃんと一緒に パパ編

パパ、ママ、赤ちゃんの3人で集まった親子7組。いつもはママにお願いすることが多いお子さんのお世話を、この時間はパパにお任せ!!パパと赤ちゃんは研修室で過ごしなが情報交換。育児の話やパパ同士ですることはあっても、赤ちゃんのお世話をしながらというのは初めての声がかれました。

ママは助産師さんから話を聞いたり、お産の時の話をしたりしながらcaféでゆっくりお茶タイム。ママ達だけでたっぷりお話ができたようです。

最後は研修室に集まって、パパ、ママ、お互いへのメッセージを書いたカードを交換しました。



【次回: 12/3 (日) 10:00~12:00】※要申込

対象: お子さんの月齢が6か月までのパパと赤ちゃん・ママ
参加費: 300円 定員: 10組 (赤ちゃんと一緒に参加)
パパと赤ちゃんだけの参加も大歓迎。みなさんのご参加をお待ちしています♪

9/22 (金) 手作り講座 くまちゃんのぬいぐるみを作ろう

おやこ広場や託児ルームでおなじみのくまちゃん。ママたちからは、「くまちゃんを作って子どもにおんぶさせて遊びたかったんです」と。「念願かないました」なんて嬉しい言葉を聞きながら、みんなで針をチクチク進めていきました。

顔のパーツを作って、配置を考えていくのに時間がかかりますが、こんな目かな、鼻は…口は…とニコニコみんな話しながら完成を目指しました。もう少し!のところで時間になってしまいましたが、その後、おやこ広場に遊びに来てくれた時に、お家で完成できたことを教えてくれました。

ママたちからは、久々に自分の時間ができて楽しかったとの声もありました。



N-GATE駐車場 ご利用について

＜あ〜べご利用の方＞

**駐車1時間
無料券発行**

※詳しくはあ〜べ受付までご確認ください。駐車券をお持ちください。

＜託児ルームご利用の方＞

**送迎時間分
補助券発行**

＜あ〜べからのお願い＞

**メンバーズカードの
更新はお済みですか?**



全てみなさんに登録の更新をお願いいたします。ご利用時に受付カウンターで手続きをお願いします。(登録料は無料です)

12月のイベント情報

- 12/1(金) 助産師相談・“ほけつ”タイム・赤ちゃんと一緒にX期
- 12/3(日) 赤ちゃんと一緒に パパ編
- 12/4(月)・5(火)・6(水) 短期集中エクセル講座
- 12/6(水) 赤ちゃんと一緒にX1期
- 12/9(土) ナイトイベント託児
- 12/10(日) IT検定試験
- 12/11(月) ベビーマッサージ
- 12/12(火) 12月のお誕生会
- 12/13(水) 赤ちゃんと一緒にX1期・保健師相談
- 12/15(金) あ〜べのクリスマス会
- 12/19(火)・20(水)・22(金) すくすく成長記録日
- 12/20(水) 赤ちゃんと一緒にX1期
- 12/22(金) 保健師相談
- 12/23(土) シンシンの会

あ〜べ 子育てランドあ〜べ

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。親子で遊ぶおやこ広場や、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。

TEL 023-615-1930
開館時間 9:00~17:00

託児ルーム 9:00~16:30(要予約)

休館日:木曜日、毎月最終火曜日、年末年始
場 所:山形市七日町1-1-1 N-GATE 1F
PC・スマホサイト<http://ikuji-land.jp/>

2017年 11月号 月刊 あ〜べ通信

あ〜べのイベント情報が一目でわかるあ〜べカレンダーや、イベント情報、そのほかにも子育て中の親子のための育児情報などを掲載し、毎月情報満載でお届けします。

あべあべ! あ〜べ!

あ〜べのこんなこと知ってる?



就学前の子どもと保護者のためのあ〜べですが、赤ちゃん連れのママ向けの活動も充実しています。ぜひ来てみてね!

BP(赤ちゃんと一緒に)

初めての赤ちゃんと生活。楽しみもあるけれど、不安や戸惑いもたくさんあると思います。

第一子(2か月から5か月)のお子さんとお母さんが一緒に参加するプログラムです。

赤ちゃんのいる生活・親になることなど、毎回テーマごとに話し合ったり情報交換を行います。

みんなで子育て仲間を作りませんか?



ベビーマッサージ

はいはいをする前までの赤ちゃんとママがスキンシップでリフレッシュする講座です。

赤ちゃんのおなかや腕や足など、やさしくマッサージします。おうちでもできるように説明プリントのお土産つきです。親子で交流しながらやさしい時間を過ごしましょう。

たくさんの方に参加してほしいので、初めての方優先とさせていただきますね。

相談しましょ

保健師相談・助産師相談
母乳育児なんでも相談など

子育て中、「こんな時どうしたらいいかな」「ちょっと聞いてみたいな」と思ったらおやこ広場などで気軽に相談してみませんか?

他にもママの気持ちに合わせた、いろいろな相談会がありますよ。詳しくは中面をチェックしてね。

赤ちゃん& マタニティママの日

中面カレンダー
ハートマークの日

普段のおやこ広場に出していない赤ちゃん用のおもちゃを出しています。ママ向けの雑誌たまごクラブやComoもありますよ。広場に先輩ママにいろんなお話を聞いてみてね。何かヒントが見つかるかも?

【大きい子向け】

★親子体操 親子ピクス

11月14日(火)10:00~12:00

親子で楽しく
体を動かしましょう!

- 場所: 子育てランドあ〜べ研修室
- 対象: 一人歩きできるお子さんとママ・パパ
- 持ち物: 水筒・タオル
- 定員: 各15名 ※要申込

健康づくり講座
七日町商店街
共催事業

ママの育児・家事をサポート

山形市で産後ケア事業が始まり、やまがた育児サークルランドでは研修を受けたサポーターが活動しています。

妊娠中又は産後4か月以内で心身の不調等により子どもの養育に支障があり、日中家事又は育児を行う者が他にいない方の自宅にママサポーターが訪問し、家事及び育児の援助を提供します。

【利用できる方】

- 産後4か月以内のお母さんと赤ちゃんとで次の条件にすべて当てはまる方。
- 山形市に住民票がある方
- お母さんの体調や育児などに不安がある方
- 家族等から家事や育児の援助が受けられない方
- 医療行為が必要でない方

支援はお母さん(養育者)とお子さんが一緒にいる場所で行います。サポーターとお子さんだけの留守番等はできません。

- 家事に関すること(調理、衣類の洗濯・補修、部屋等の清掃、整理整頓、生活必需品の買い物、その他必要な家事援助)
- 育児に関すること(授乳の手伝い、おむつ交換、沐浴介助、病院の付き添い、きょうだいの遊び相手、その他必要な育児援助)


利用料金・利用時間 / 1回(2時間以内) 1500円

利用上限 / 産前産後併せて16回まで(双胎の場合は32回まで)

＜詳しくは TEL023-687-1720 までお問合せください＞

11月 あ〜ベカレンダー

【LINE始めました!】
 ① 右のQRコードを読み取り、友だち追加してください。
 ② LINEアプリ内の「その他」>「友だち追加」>「ID検索」からID「@btt8215a」を入力して友だち追加してください。



月	火	水	木	金	土	日
10/30	10/31	11/1 ★赤ちゃんと一緒Ⅸ期	2 お休み	3 文化の日	4	5
6 ★パソコン講座 短期集中 ワード講座	7	8 保健師相談 ★赤ちゃんと一緒Ⅸ期	9 お休み	10 “ぼけっと”タイム お引越ししてきた 親子あつまれ ★赤ちゃんと一緒Ⅸ期	11 ★シンシン ゆっくりタイム ※要申込	12
13 お誕生会	14 ★七日町健康講座 親子体操	15 おしごと相談 ★赤ちゃんと一緒Ⅸ期	16 お休み	17 保健師相談 ★赤ちゃんと一緒Ⅸ期	18 母乳育児なんでも相談 スペシャル	19
20 ★ベビーマッサージ	21 	22 	23 勤労感謝の日 お休み	24 助産師相談 ★赤ちゃんと一緒Ⅸ期	25	26 ★シンシンの会 ※要申込
27	28 館内整理日のため お休み	29 うさこちゃんの日 ★赤ちゃんと一緒Ⅸ期	30 お休み	12/1	12/2	12/3

♥…赤ちゃんとマタニティママの日 …すくすく成長記録日(10:30~12:00)
 ★…参加に申込が必要 マークが無いものは申込不要

カレンダーのマーク



“ハートマーク”は
赤ちゃんと
マタニティママの日

“キリンマーク”は
身長・体重測定
すくすく成長記録日
(10:30~12:00)
だよ♪

毎月のイベント

“ぼけっと”タイム
お引越ししてきた親子あつまれ
11月10日(金)10:30~11:30

山形に引越してきたけど、どんな街なの？と不安に思っているママ。先輩ママや地元のママといろいろお話しませんか。

11月のお誕生会
11月13日(月)11:10~11:30
(受付時間 10:30~11:00)

11月生まれのお友達のお誕生会をおよこ広場で行ないます。
★11月生まれのお友達は当日受付まで!

すくすく成長記録日
11月21日(火)・22日(水)・24日(金)
10:30~12:00

お子さんの身長・体重をスタッフがはかります。



うさこちゃんの日
11月29日(水) 10:30~11:00

あ〜ベスタッフとママボランティアさんによるおはなし会です。時間までお越しください♪

シンシンの会 ※要申込

シングルママが安心(シン)して集える会です。詳しくはお問い合わせください。(会場:あ〜ベ)

★ゆっくりタイム
11月11日(土)13:30~15:30

個別の相談ができます。3日前までにご予約ください。

★交流会
11月26日(日) 10:00~12:00

三浦由美子さんのアロママッサージ♪

登録している就学前のお子さんの誕生月に

やまがた子育て応援バ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。

トピックス

母乳育児なんでも相談 SPECIAL Q&A 2017 11月

11月18日(土) 10:00~12:00

【テーマ】
卒乳について

講師:佐藤文彦先生(産婦人科医)

- 卒乳と断乳の違い
- いつまでおっぱいを飲ませていいの?
- 卒乳の仕方、あれこれ…

★質問コーナー★
卒乳やその他何でも母乳育児に関する質問をお受けします。

当日は小児科医師・産婦人科医・助産師があ〜ベで皆さんをお待ちしています。ママはもちろん、パパやおじいちゃん・おばあちゃんも大歓迎です。お気軽にご参加ください!

あ〜ベのパソコン講座【平成29年度後期】

【11月】「短期集中ワード講座」
日時:11/6(月)・7(火)・8(水) 9:00~12:00
受講料:1,200円 託児料金:1人1回750円

各定員
15名

【12月】「短期集中エクセル講座」
日時:12/4(月)・5(火)・6(水) 9:00~12:00
受講料:1,200円 託児料金:1人1回750円

【1月】「情報処理技能検定試験3級対策講座」
日時:1/9(月)・10(火)・12(金) 10:00~12:00
受講料:1,000円 託児料金:1人1回500円

【1月】「情報処理技能検定試験2級対策講座」
日時:1/15(月)・16(火)・22(月)・23(火) 10:00~12:00
受講料:1,100円 託児料金:1人1回500円

【2月】「エクセル入門編」**NEW!**
日時:2/5(月)・6(火)・7(水) 10:00~12:00
受講料:1,000円 託児料金:1人1回500円

詳しい内容はあべあべ!あ〜ベ!・チラシをチェックしてくださいね♪

あ〜ベの各種講座

★パソコン講座「短期集中ワード講座」

11月6日(月)・7日(火)・8日(水) 9:00~12:00(全3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3日間で学ぶ講座です。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もオススメです!

- 受講料:1200円(各講座受講初日にお支払いください。)
- 対象:パソコンの文字入力ができるママ
- 定員:15名 ※要申込 ●託児利用:お子さん1人1回750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〜BP(ベビープログラム)〜Ⅸ期・Ⅹ期」全4回

Ⅸ期10月25日(水)・11月1日(水)・8日(水)・15日(水)13:00~15:00 X期11月10日(金)・17日(金)・24日(金)・12月1日(金)13:00~15:00

他のお母さんたちと一緒に赤ちゃんと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(Ⅸ期:5月11日~8月27日生まれ、Ⅹ期:5月27日~9月12日生まれ)
- 申込み切:Ⅸ期10月18日(水)、Ⅹ期11月3日(金)、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860円が必要です)

★「ベビーマッサージ」11月20日(月)10:30~11:30【今まで、あ〜ベのベビーマッサージを受けたことがない方が優先となります】

- 受講料:500円(要申込) ●対象:はいはいまでの赤ちゃん(定員10組)※定員を超えた場合はキャンセル待ちとなります。
- 持ち物:バスタオル、オムツ、着替え一式、赤ちゃん・ママが水分補給できるもの
- ※以下の方は、ベビーマッサージを行うことができません。予防接種72時間以内の赤ちゃん、体調の悪い場合(発熱・下痢・嘔吐等)、皮膚疾患のある場合、感染症の疑いがある場合。

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

あ〜ベで相談しましょ

保健師・助産師相談

保健師:11月8日(水)13:00~15:00、10月17日(金)10:00~11:30 助産師:11月24日(金)13:00~15:00
子育てでちょっと困った時、心配になった時、保健師さん・助産師さんが優しくおよこ広場で相談のつてくれます。

★発達相談会 次回は12月2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 11月15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よ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)。

★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。

絵本相談会 次回は12月22日(金) 10:30~12:00

およこ広場で絵本相談を行います。「絵本の選び方が分からない」なんて時は是非参加してね♪