



あ〜べの図書コーナーより

# 今月の1冊



『ジャがいもポテトくん』 長谷川義史 作・絵 小学館

やおやさんのね ジャがいもくんたちはね。きたのくにから きた かぞくだよ。  
つぎつぎに いろいろなうちに かわれていって  
み〜んな はなればなれになっちゃった…  
でもね みんな おいしい おかずに へんしんだ!!  
ようちえんで みんなと 会うことに…  
さてさて どんな 会いかたをしたのでしょうか？

【おやこ広場では大人向け図書をひと家族2冊・2週間まで貸し出しできます。詳しくはスタッフまで】

## あ〜べの活動報告

### 9/7 (金) ぽけっとタイム 「子どもと生活リズム」

今回は『子どもと生活リズム』をテーマに、山形学園園長で言語聴覚士の片桐弥生先生からお話をいただきました。

起きる・寝る・食べる・遊ぶ等、日々の生活習慣の実践で整えることができる生活リズム。そのキーワードは「メリハリ」！生活リズムは子どもが自分で作るもの、身につくまでは大人が寄り添ってあげること。一度決めたら、子どもと一緒に続けてみること、とのお話でした。

他にも、子どもの発達におけるハイハイの大切さ、集中力をつけるには姿勢を良くすることなどもお聞きしました。

参加したママたちからは、「お昼寝・食事の時間を見直したい」「まずは一週間試してみたい」等の声が聞かれました。

質問タイムのあとも、お子さんの月齢の近いママたちが集まって情報交換をしていましたよ。



### 9/14 (金) 手作り講座 「ハーバリウム」

最近話題の“ハーバリウム”。たくさんのママが参加してくれました。今回は、気軽に楽しんでもらうため、「造花」を使って。好きな形のボトルに、ビー玉や色とりどりのお花、葉などをバランス良く入れていきます。

みんな、どのお花にしようかな、向きはこっちの方がいいかな、など真剣な表情。お花を入れたり、また出したり、お隣の方とおしゃべりしながら楽しんで作っていました。最後に液を入れて完成！ボトルにリボンを巻いたり、シールを貼ったり、可愛くデコレーションしていました。

透明感があり、インテリアとしても素敵なハーバリウム。1時間という短い時間でしたが、出来上がった作品を見てニコニコ笑顔でしたよ。



## 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〜べ受付までご確認ください。駐車券をお持ちください。

## メンバーズカードの登録・更新はお済みですか？



あ〜べご利用の際はメンバーズ登録が必要となります。ご利用時に受付でお手続きください。※N-GATE 移転前のメンバーズカードをお持ちの方は、再登録をお願いいたします。(登録料無料)

## 【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



## 11月のイベント予定

＜※イベントは変更になることがあります＞

- 11/2(金) ぽけっとタイム・助産師相談・赤ちゃんと一緒に7期③
- 11/3(土) 発達相談会
- 11/5(月)・6(火)・7(水) 情報処理技能検定3級対策講座
- 11/6(火) お誕生会
- 11/7・14・21・28(水) 赤ちゃんと一緒に8期
- 11/9(金) 手作り講座・赤ちゃんと一緒に7期④
- 11/12(月)・13(火)・19(月)・20(火) 情報処理技能検定2級対策講座
- 11/13(火)・14(水)・16(金) すくすく成長記録日
- 11/14(水) 保育士資格取得準備サークル・おしごと相談
- 11/16(金) 保健師相談
- 11/17(金) 母乳育児なんでも相談
- 11/21(水) ふたごちゃんあつまれ
- 11/27(火) お休み(館内整理日)
- 11/28(水) 保育士資格取得準備サークル
- 11/30(金) ぶっくサロン

## 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/>

2018年10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！

子育て経験がプラスになる！

## 保育士資格取得 準備サークル

仲間と一緒に資格取得をめざそう！

保育士試験受験に向けて、一緒に勉強したり情報交換などをするサークルです

※サークル参加で保育士資格を取得することはできません。ご自身で保育士試験の申込・受験が必要です。

出産・育児を経験して「保育」「子ども」についてもっと深く知りたい！と思った方

子育て中の今、新しく何かを始めたいと思っている方

「保育士」を取得して再就職へのステップにしたいと考えている方

「保育士」の仕事について知りたい方

「保育士」に前から関心はあったけれど取得するきっかけがなかった方

- 時 間:平日の午前中、月2~3回活動しています(午前10時~12時)
  - 場 所:子育てランドあ〜べ 研修室
  - 内 容:保育士試験の過去問題に取り組んだり、参加者同士で資格取得に関する情報や意見の交換などで交流しています。
- ◆参加費はありません。(託児を利用する場合は、1時間500円となります)

サークル活動から保育士資格を取得、あ〜べのスタッフとして活躍している先輩もいますよ！

勉強がツラくなった時、みんなも頑張っていると思うと、自分も頑張れました！仲間の存在が励みに！



子育てしながら、みんなはどんな風に勉強しているの？実技に向けて何をしているの？気になることは何でも相談できました！

活動説明会 サークル活動って

## どんなことをするの？

勉強って、どう始めたらいいの？子どもと一緒にでも大丈夫？気になること、何でも聞いてみよう！

10/31(水)10:30~ 研修室にて

うさこちゃんの日・お誕生会での

読み聞かせ ママボランティア募集中！

一緒に絵本を読んでみませんか？

## 平成31年度の保育士試験の予定

- 前 期 筆記試験:平成31年4月20日(土)、21日(日)
- 実施分 実技試験:平成31年6月30日(日)
- 後 期 筆記試験:平成31年10月19日(土)、20日(日)
- 実施分 実技試験:平成31年12月8日(日)

「受験申請の手続き」請求方法などの詳細は、「全国保育士養成協議会」のHPをご覧ください。

# 2018年10月 あ〜ベカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
10/1 保育士資格取得準備サークル	2	3 保健師相談 ★赤ちゃんと一緒 6期③	4 お休み	5 ぼけっとタイム 「くちゅくちゅ歯みがき じょうぶな歯」	6	7 ★シンシンの会
8 体育の日	9 お誕生会	10 おしごと相談 ★赤ちゃんと一緒 6期④	11 お休み	12 ★託児デビュー 保育士資格取得準備サークル	13 おやこでクラフト	14 ★日本情報処理検定協会 検定日
15 ★短期集中 エクセル講座	16 →	17 保育士資格取得準備サークル	18 お休み	19 保健師相談 保育士資格取得準備サークル ★赤ちゃんと一緒 7期①	20 母乳育児 なんでも相談	21
22 ★短期集中 エクセル講座	23 → 助産師相談	24 ★ベビーマッサージ	25 お休み	26 ★赤ちゃんと一緒 7期②	27	28
29 うさこちゃんの日	30 お休み (館内整理日)	31 保育士資格取得準備サークル 離乳食 みんなどうしてる?	11/1 お休み	2	3 文化の日	4

♥…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    ※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

## 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  
「くちゅくちゅ歯みがき じょうぶな歯」  
10月5日(金)10:30~11:30

歯磨きっていつからはじめるのかな?どんな歯ブラシがいいかな?フッ素ってなに?子どものかわいい歯を虫歯から守るための話を歯科衛生士さんからお聞きします。

10月のお誕生会  
10月9日(火)11:00~  
(受付時間 10:30~11:00)

10月生まれのお友達のお誕生会をおやこ広場で行ないます。  
★10月生まれのお友達は当日受付まで!

すくすく成長記録日  
10月16日(火)・17日(水)・19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  
10月29日(月) 11:00~

あ〜ベスタッフやママボランティアさんによるおはなし会です。時間までおやこ広場にお越しください♪

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。詳しくはお問い合わせください。※要申込

★交流会  
10月7日(日)10:00~13:00  
バス遠足!秋を楽しもう(場所:朝日少年自然の家)

★ゆっくりタイム  
次回は11月10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



登録している就学前のお子さんの誕生月に  
子育て応援パスポート(全国共通)  
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

★あ〜ベ  
託児デビュー  
10月12日(金)  
9:45~11:30

●お子さん先着5名(6か月~就学前)  
●参加費:500円(1時間託児付き)

通院、美容室、ちょっとお買い物など、ママだけの時間を作ってみませんか?子どもを預けるのは初めて…そんなママの気持ちもまるごと受け止めて、スタッフがお子さんの成長やペースに合わせ、きめ細やかな保育をしています。託児ルームの見学もつくりできますよ♪

※事前登録と申込みが必要です。  
10月10日(水)15時までお申込みください

★あ〜ベ  
おやこでクラフト  
10月13日(土)  
10:00~(先着50組)

街なか賑わいフェスティバル・七日町クラフト天国に合わせて、あ〜ベのおやこ広場で開催!材料がなくなり次第終了となります、お早めにお越しください

スタッフ手作りの消しゴムはんこを使って、ぺたぺたスタンプ!自分だけのバッグを作っちゃおう!

※画像はイメージです。

※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。

★あ〜ベ  
離乳食 みんな どうしてる?  
10月31日(水)  
10:30~11:30

場所:子育てランドあ〜ベ  
おやこ広場

離乳食ってどんなものを作るの?他のママ達はどのようにしているの?みんなで離乳食のお話を聞いた後、相談や交流の時間もありますよ。離乳食期の方はどなたでもどうぞ!

講師:阿部 佳奈  
(やまがた育児サークルランド 管理栄養士)

## あ〜ベの各種講座

★パソコン講座「短期集中エクセル講座」

10月15日(月)・16日(火)・22日(月)・23日(火) 9:00~12:00(全4回)

仕事をする上で押さえておきたいエクセルの基本操作・表計算の基本と活用関数の利用などを4日間で学ぶ講座です。エクセルの基礎から復習したい方や再就職準備としてエクセルの操作に慣れておきたい方にもおススメです。  
●対象:パソコンの文字入力ができるママ ●受講料:1500円(講座受講初日にお支払いください。)  
●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)〜7・8期」(全4回)

7期:10月19日(金)・26日(金)・11月2日(金)・9日(金) 8期:11月7日(水)・14日(水)・21日(水)・28日(水) 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(7期:平成30年5月5日~8月19日生まれ、8期:平成30年5月24日~9月7日生まれ)  
●申込み切:7期:10月12日(金)、8期:10月31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860円が必要です)

★「ベビーマッサージ」10月24日(水)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:ねんね期の赤ちゃん(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

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やこ広場で相談のつてくれます。

保健師:10月3日(水)13:00~14:30、10月19日(金)10:00~11:30 助産師:10月23日(火)10:00~12:00

★発達相談会 次回:11月3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10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

10月20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。