

おやこ広場だより

5/14 (火) ぽけっとタイム「生活リズム」

講師に言語聴覚士の片桐弥生先生をお迎えし、子どもにとって大切な生活リズムについてお話していただきました。この日は小さなお友達の参加が多く、畳のスペースに集まって赤ちゃんと一緒にゆったりとお話をお聞きました。先生からは、子どもの成長発達にはハイハイがとても良いこと、良質な眠りが大切だということをお聞きし、「生活リズム」を整えるための18のポイントを教えていただきましたよ。ママ達からは「最近、とっても早く子どもが起きてしまう。大丈夫？」などの質問が出され、眠りに関する様々なアドバイスをいただきました。みなさん普段の生活を見つめ直す良い時間となったようでした。



5/17 (金) あ〜ベデビュー

あ〜ベは山形弁で「Let's Go!」。親子のはじめの一歩、初めての利用のきっかけになればと今年度初めて「あ〜ベデビューの日」を設けました。この日は、1カ月〜1才まで21組の親子が参加。スタッフからあ〜ベの説明の後、おやこ広場・飲食コーナー・託児ルームの見学、そのあと手遊びや絵本の読み聞かせを楽しみました。参加のママからは「あ〜ベってどんなところなの?」「託児は何カ月から預かってくれるの?」などの質問や、「同じ位の月齢の子が多くてビックリ!ママ達と話すのが楽しい」「日中子どもと二人だけなので、また利用したい」「初めての人がたくさんいて安心した」等の声が聞かれました。さあ、あ〜ベに「あ〜ベ!」みんなで一緒に遊びましょう!

カフェより 6/22〜7/21 “やまがた街なか回遊べに街道”キャンペーン期間中のカフェ営業日に、紅花のシフォンケーキを販売します。紅花の魅力を見て・食べて・楽しんでみて下さいね!

託児ルームだより

普段は幼稚園に通っている5才の女の子。幼稚園がお休みの日に、あ〜ベの託児ルームを利用してくれました。みんなお姉ちゃんの遊び方に興味しんしん!お人形をイスに座らせて、丸テーブルのまわりにはぬいぐるみを並べます。テーブルの上には乗れない程のままごとのごちそうを作ってくれました。何が始まるのかな?と見て見ていると「今からお誕生会をはじめよう!」「みんなも一緒に歌ってね!」の声。お姉ちゃんと一緒に小さいお友だちも「♪ハッピーバースデー」の歌を歌いました。託児ルームでのお誕生会、とっても楽しかったね!!



8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

- 3(土) 発達相談会
- 4(月)〜7(水) あ〜ベの夏祭り
- 7(水) おしごと相談/保健師相談
- 16(金) 栄養士相談
- 16(金)・17(土) すくすく成長記録日
- 17(土) 母乳育児なんでも相談
- 20(火) お誕生会・ハーフバースデー
- 21(水) 助産師相談
- 27(火) 館内整理日のためお休み
- 28(水) 赤ちゃんと一緒5期①

月刊あ〜ベ通信

あ〜ベあ〜ベ!あ〜ベ!

2019年 7月号

あ〜ベ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
7/1 ★ワード検定 2級・3級対策講座	2 離乳食 みんなどうしてる?	3 ★赤ちゃんと一緒 4期①	4 お休み	5	6 ★ナイトイベント 託児	7
8	9 助産師相談	10 おしごと相談 ★赤ちゃんと一緒 4期②	11 お休み	12 ジェネリック 医薬品のはなし 10:00~	13 ★シンシン ゆつくりタイム	14 ★日本情報処理検定協会 検定日
15 海の日	16 お誕生会 ハーフバースデー	17 保健師相談 ★赤ちゃんと一緒 4期③	18 お休み	19	20 母乳育児 なんでも相談	21 ★赤ちゃんと一緒 〜V編〜 10:00~12:00
22	23 おやこde ストレッチ	24 保健師相談 ★赤ちゃんと一緒 4期④	25 お休み	26 ぶっくサロン	27	28
29	30 お休み (館内整理日)	31 ★親子料理教室 場所:鈴川コミセン 10:00~12:00 対象:小学3年生くらい からの親子	8/1 お休み	2	3	4

- …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~) 7月生まれ・平成31年1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

7/6 (土) 毎年好評!!早めのご予約を
おすすめします!

ナイトイベント 託児

★時間 17:00~20:00★7/5(金)15時までご予約ください
託児料:1時間500円、それ以降30分毎250円
当日七日町でのお買い物の金額が3千円以上で1時間、6千円以上で2時間無料になります。ご利用のレシート又は領収書をお持ち下さい。割引対象時間は最高2時間までとさせていただきます。

七日町商店街振興組合にご協力をいただいで実施します

夏休みですね!3・4・5才向けの絵本もいっぱい!

ぶっくサロン 夏

7月26日(金) 10:30~11:30
場所:子育てランドあ〜ベ おやこ広場
【当日時間内にお越しください】

絵本相談員・佐藤美芳さんが楽しいお話をしてくれます。絵本を手にとりながら、親子ですてきな時間を過ごしませんか?絵本に関する相談にものって頂けますよ。

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。

見本

【あ〜ベの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〜ベご利用の方 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〜ベ受付まで(駐車券をお持ちください)

あ〜ベ 子育てランドあ〜ベ

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。

阿部 佳奈さんと お話してみませんか？

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！



離乳食
みんなどうしてる？
7/2(火)10:30~11:30
栄養士相談
次回8/16(金)10:00~12:00

ママ

「なんか気になる…」「こんなことが心配」

“離乳食、あまり食べてくれない”

心配するほど少くはないみたいよ！

“食べてくれない食材が多い”

離乳食の形態のステップを気にせず、お子さんの様子を見ながら、月齢で可能な範囲でいろいろな食材にチャレンジしてみてね！

“離乳食を始めたらず痢に…”

便の様子を聞いたら病的なものではなさそうだけど今は消化器の発達段階なので、離乳食を続けながら様子を見てね。便の状態や下痢が続くようなら受診を。

“離乳食、始めたばかりなのに食べすぎ？”

消化器がビックリしてしまうので、便の様子を見て進めてね。

“保育園では食べるのに、家ではちよっぴり。特に野菜を食べない！（4歳男児）”

ママが気持ちに寄り添いながら工夫して食事しているのでそのままOK。

“ご飯をいっぱい食べるので、体重が多すぎないか不安（2歳男児）”

これからいっぱい体を動かして遊ぶ時期。ママが食事やおやつにいろいろ気を配っているから、そのまま進めてOK。

栄養士

ママからお話を聞いてみると…



中学生の職場体験学習

みなさんのご理解とご協力ありがとうございました

5/14(火)・15(水)

中学生が将来への視野を広げ、働く尊厳や意義を学ぶきっかけになるように、山形市では職場体験学習を実施しています。



★あ〜べでは山形市立第一中学校の2年生・4名を受け入れました★



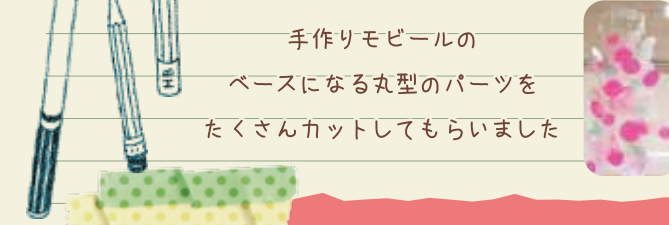
【託児ルーム】



【おやこ広場】

一緒にあそぼう！

お子さんと遊んだり、ドキドキしながらママとお話ししていました
おむつ替えや抱っこ・おんぶにも挑戦！
小さな子どもと遊んだことがなく、「どうしたらいいのかな？」
「どこにいたらいいかな？」と一生懸命考えていました



手作りモビールのベースになる丸型のパーツをたくさんカットしてもらいました

【一中賛歌】

山形一中では「一中賛歌」として全生徒が詩を書いています。それぞれの感動や思いを年々回し、年度末に詩集として発行しているとのこと。あ〜べでの職場体験の作品を紹介しませぬ。

○笑顔○
職場体験、少し不安な気持ちだったけど、職場の方はとても優しく、笑顔だった。不安な気持ちが飛んでいった笑顔は、最高の宝物だ。

成長
接した事のない年齢の子供たち。最初はうまくしゃべれなかったけど、職員の方のアドバイスのおかげで上手くしゃべれるようになってきた。短い間だったが、とても成長することができた。

天使
ときどき、私の前に天使たちが子供の笑顔にいやされる。

えがお
どんなにつかれていても笑顔があるから頑張り。どんなにつらくても笑顔があるから頑張り。私達も、笑顔あふれる仕事でした。

夏休み期間中に山形県“おらやま子育てふれあい体験”を予定しています。赤ちゃんや小さい子が大好きでお世話してみたい・遊んでみたい、子育て中のママやパパからお話を聞いてみたい高校生があ〜べにやってきます。あ〜べでお兄さん・お姉さんとふれあってみませんか？詳しい日程が決まりましたらお知らせしますね。

【今月の各種講座】

おやこdeストレッチ

7/23(火) 10:00~11:00

場所：子育てランドあ〜べ おやこ広場

講師：井上由梨絵さん(理学療法士)

育児疲れをほぐしたり、骨盤底筋を中心に鍛える体操をしていきます。おやこ広場でお子さんと一緒に体を動かしてみませんか？

★赤ちゃんと一緒に〜BP(ベビープログラム)〜

4期・5期 (全4回) 13:00~15:00

4期：7月3日(水)・10日(水)・17日(水)・24日(水)

5期：8月28日(水)・9月4日(水)・11日(水)・18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
4期：平成31年1月20日〜令和元年5月3日生まれ
5期：平成31年3月14日〜令和元年6月28日生まれ
- み切：4期：6月26日(水)、5期：8月21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。
助産師：7月9日(火)10:00~12:00 保健師：7月17日(水)13:00~14:30、7月24日(水)10:00~11:30

★発達相談会 次回：8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

7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

7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。

シンシンの会

★ゆっくりタイム

7月13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。

シングルママが安心(シン)して集える会です。※要申込

★交流会

開催日時など詳しい内容はあ〜べまでお問い合わせ下さい。