

おやこ広場だより

日曜日の午後、「これ、な〜んだ♪」と丸くて大きくて黄色い不思議な果物があ〜べに登場しました。

近くで遊んでいた男の子が元気いっぱい「ボール!!」と答えてくれます。「え〜ボールかな?においをかいでみて?」とそばへ近づけるとくんくと匂いをかいで「みかん」「ゆず」と口々に答えてくれます。「じゃあ持ってみる?」とこころは子どもたちが抱えるとずっしりと重くほのかにいい香りがします。

この果物の正体は「晩白柚(ばんぺいゆ)」。パパやママもはじめて見たり触ったという方がほとんどで飲食コーナーに移動してみんなで頑張って剥いてみましたよ。

とっても厚い皮をむくと甘くすっぱい香りが広場いっぱいに広がります。みんなで剥いた晩白柚。最後はあ〜べにきていた家族みんなで味わいましたよ!

「柑橘類ザボン区分で重量世界一」として認定されている晩白柚。東北ではなかなかお目にかかれぬ果物に、子どもも大人も大はしゃぎでした♪



カフェより

山形市中心市街地では“冬のさくらキャンペーン2020”開催中! ポンツリーカフェではさくらの蒸しパン付きランチを2/28(金)まで提供中です。食で楽しむ『桜』を、ぜひ味わってみてくださいね!

託児ルームだより

ある日の託児ルーム、くっつき棒を長くつなげて温泉ごっこをすることに。みんなでつなげてお部屋の中に大きな温泉が完成すると、「やった〜!!」と飛びはねて大よるこびのお友だち。

その後はみんなで“チャッポン”と温泉に入り、「温かいね〜」「気持ちいいね〜」「ここはあ〜べ温泉だね!」とお友だち同士での会話が弾んでいましたよ。

【あ〜べからのお知らせ】
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。詳しくは山形市のホームページをご確認ください。



3月のイベント情報

- ※日程は変更になることがあります
- 2(月) お楽しみ会
 - 4(水) 0才児あつまれ①/保健師相談 赤ちゃんと一緒に10期③
 - 6(金) 離乳食みんなどうしてる?調理編
 - 7(土) 発達相談会
 - 8(日) 赤ちゃんと一緒にパパ編
 - 10(火) 助産師相談/マーチの会②
 - 11(水) 0才児あつまれ②/おしごと相談 赤ちゃんと一緒に10期④
 - 13(金) プレママお茶会
 - 15(日) 保育士資格取得準備サークル
 - 17(火) お誕生会・ハーフバースデー
 - 18(水) 保健師相談
 - 20(金)・21(土) すくすく成長記録日
 - 21(土) 母乳育児なんでも相談
 - 22(日) シンシンの会
 - 28(日) 保育士資格取得準備サークル
 - 31(火) 館内整理日のためお休み

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)

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。

月刊あ〜べ通信

あ〜べ!あ〜べ!

2020年
2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
1/27	28 お休み (館内整理日)	29 ★2才児あつまれ① ジェネリック医薬品のはなし	30 お休み	31 ★子育て講座①	2/1 ★発達相談会	2 保育士資格取得準備サークル
3 ★おやこdeストレッチ	4	5 ★2才児あつまれ②	6 お休み	7 ★赤ちゃんと一緒に9期① きがるに育児相談 13:30~15:30	8	9 ★マーチの会① 10:00~12:00
10 ★子育て講座②	11 建国記念の日 あ〜べデビュー ①10:00~10:30 ②14:00~14:30	12 ★2才児あつまれ③	13 お休み	14 栄養士相談 ★赤ちゃんと一緒に9期②	15 母乳育児なんでも相談 ★日本情報処理検定協会検定日	16 ★シンシンの会
17 お誕生会 ハーフバースデー	18	19 助産師相談 ★1才児あつまれ① ★赤ちゃんと一緒に10期①	20 お休み	21 おしごと相談 保健師相談 ★赤ちゃんと一緒に9期③	22 保育士資格取得準備サークル	23 天皇誕生日
24 振替休日	25 お休み (館内整理日)	26 ★1才児あつまれ② ★赤ちゃんと一緒に10期② ぼけっとタイム(卒乳)	27 お休み	28 ぶっくサロン【冬】 ★赤ちゃんと一緒に9期④	29	3/1

…マタニティday (10:00~12:00)

…身長・体重が測れます (10:00~11:30)

…お誕生会・ハーフバースデー (10:00~) 2月生まれ・令和元年8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

★1才児あつまれ!
①2月19日(水) ②2月26日(水) 10:00~11:00 【全2回】

いろいろなことと興味津々になってくる1才さん。笑ったり泣いたり、考えてみたり怒ってみたり…。声でからだで表情で、全身を使って自分の気持ちを表現する1才のおともだち。みんなで集まったらどんな楽しいことができるかな? おうちではできない遊びをおやこで一緒にやってみよう!

- 場 所:子育てランドあ〜べ研修室
- 定 員:先着15組 ※要申込
- 参加費:500円 (全2回分・初回にお支払いください)

ぽけっとタイム テーマ「卒乳」

2月26日(水)14:00~15:00

場所:子育てランドあ〜べ おやこ広場
講師:荒井真智子先生(助産師)

「そろそろおっぱいやめた方がいいかな?」「でも夜はなかなか離れられない」「母乳がいいのはわかるけど私はあんまり出なくて…」そんなおっぱいの悩み、みんなで話してみませんか?

ぶっくサロン

2月28日(金) 10:30~11:30

場所:子育てランドあ〜べ おやこ広場
【当日時間内にお越しください】

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くれます。

室内遊びで元気に遊んじゃおう!

寒い寒い山形の冬、雪が降るとおでかけも大変ですね。今回は、おうちでできる室内遊びのアイデアをご紹介します!

スマホ世代の子育ては...

おとなしくしてくれるから...と、ついつい子どもに動画やアプリを見せた事のある方も多かもしれません。スマホやメディアを子どもに見せる時は、見せっぱなしにしない(親も一緒に見る)・長時間使わない・どうしてもの時だけ...などルールを決めて上手な付き合い方を心掛けて。おでかけが難しい季節ですが、室内遊びで体を動かしたり、お家の人と過ごす時間の中で、お子さんとコミュニケーションをとるようにしたいですね。

ペットボトルで!

① ボウリング

空のペットボトルをピンみたいに並べて、ボールを当てよう! ボールは丸めた新聞紙でもOK! 何本たおせるかな?



② シャカシャカ★マラカス

小さめのペットボトルに、ビーズを入れてシャカシャカ! 転がしてビーズが動く様子が楽しいよ。



③ きらきらボトル

水と一緒にいろんなパーツを入れてみよう! プラスチック容器にペンで書いて切り抜いたり、パッケージの素材でキラキラしたもの、フェルトの切れ端...入れるものによって、動き方が変わって楽しいよ。

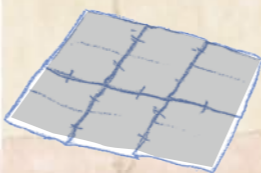


※子どもがキャップを開けて誤飲しないように、テープで巻く・接着剤を使うなどして、しっかりキャップをしめて使ってくださいね。

新聞紙で!

①

広げた新聞紙をテープなどで貼り合わせて、どんどん大きくしてみよう! 両端を持ってバサバサしたり、下にもぐってカサカサしたり、エイっとパンチしてみたり...紙の音や手触りを楽しもう!



②

グシャグシャ! ピリピリ! 思いつき、勢いよくやぶってみよう!



③

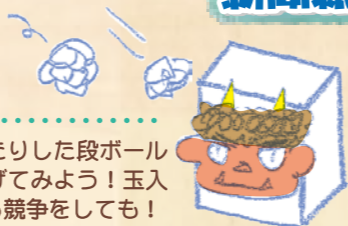
細くなった新聞紙を、上にふわ〜と投げて紙吹雪ごっこ!

★お片付けで紙を集めるときは、よーいドンで競争しよう! 残らずきれいに集められるかな?

新聞紙 × 段ボールで!

オニは外! 豆まきごっこ

鬼のお面を書いたり貼ったりした段ボールに、新聞紙を丸めて、投げてみよう! 玉入れみたいに箱の中に入れる競争をしても!



段ボールで!

①

箱の横に好きなパーツを書いたり貼ったりすると乗り物に変身!(窓・タイヤ→車、ボディライン→バス・電車etc) 前面に紐をつけて、引っ張れるようにしても楽しいよ。



②

上面と底面を畳んで、電車ごっこ! ビニールテープで床に線路を作って出発進行! 肩掛けのひもをつければ運転手さん気分!



③

上面と底面部分を切り取って、輪っか状につないだらキャタピラに変身! 中に入るとはいはいするようにすると進むよ。



★大きな段ボールがあったら「マイスペース」にしても。段ボールだから落書きもOK!

牛乳パックで!

① ぽんぽんボール

側面の角の部分の部分を切って、十字状にしたら、注ぎ口部分を重ねてテープなどでくっつけます。白い面にマーカーで絵を描いたり、マスキングテープやシールを貼ってみよう!



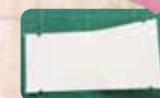
② パクパクどうぶつ

角2か所(対角)を、底から5cm残して切り、つぶします。折り目をつけて内側に開いたところに、好きな顔や体を書いて、形に添ってカット。裏側に手を入れて動かすと、パクパクするよ!



③ ぱっちゃんカエル

角の折り目を使って、6cm幅でカット。二つ折りにして端から1cm位のところに切れ込みを入れて、間が×になるように輪ゴムをかける。裏返して手を離すとピョン! とはねるよ! カエルやウサギの絵を書いても!



【今月の各種講座】

★ おやこdeストレッチ

2/3 (月) 10:00 ~ 11:00

場所: 子育てランドあ〜べ 研修室

講師: 井上由梨絵さん(理学療法士)

無料

先着12組 要申込 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。

寒さ厳しいこの季節、

おやこで体を動かしてみませんか?

持ち物: お子さんとお家の方が水分補給できるもの

★ 赤ちゃんと一緒に〜BP(ベビープログラム)〜

9期・10期 (全4回) 13:00~15:00

9期: 2月7日(金)・14日(金)・21日(金)・28日(金)

10期: 2月19日(水)・26日(水)・3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
- 9期: 令和元年8月24日〜令和元年12月7日生まれ
- 10期: 令和元年9月5日〜令和元年12月19日生まれ
- め切: 9期: 1月31日(金)、10期: 2月12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: 2月21日(金) 13:00~14:30 助産師: 2月19日(水) 10:00~12:00 栄養士: 2月14日(金) 10:00~12:00

きがるに育児相談会 2月7日(金) 13:30~15:30

日頃疑問に思っていること、ちょっと心配なこと、聞いてみたいことなど、きがるにお話ししましょう。あ〜べスタッフがおやこ広場で話を聞きます。

★発達相談会 2月1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

2月18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きます。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

2月15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 交流会 2月16日(日) 10:00~12:00

シングルのママが安心(シン)して集える会です。※詳しい内容はあ〜べまでお問い合わせ下さい(要申込)

●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