

NPO法人

おひさまと風の子

No.34
2019.春号

くまちゃんの
子育てワンポイントアドバイス
仲野恵子さんの
読んで・よんで
図書館からの絵本紹介
おひさま応援団

特集

おひさまと風の子サロン
だっこひも相談日



LINE@ お友だち募集中♪



最新イベント情報をお届けします!

◀お友だち登録はこちらから

NPO法人 おひさまと風の子サロン

福知山市字堀2726番地の1 (すくすくひろば内)
TEL.0773-23-5722 FAX.0773-45-6066

開館時間/10:00~15:00 休館日/木曜・日曜・祝祭日・年末年始

ホームページ <http://ohikaze.jimdo.com/> ✉ ohi-kaze@aurora.ocn.ne.jp

おひさまひろば

Vol.89
2019.春号

おひさまギャラリー



おひさまひろば は...

特集 みんなのとある1日をちう見!

妊娠中・子育て中の方なら、どなたでも参加できる親子イベントです。
詳しい場所・内容等については、毎回のチラシをご覧ください。

※この情報誌はおひさまひろばのスタッフが企画しました。

いっしょに学ぼう

子育てワンポイントアドバイス



副理事長
くまちゃん

冬が終わると桜咲く春が来る。子どもは入園、卒園、入学、卒業、新社会人へと、段階を踏んで育つてゆく。進級、進学という、節目に、不安と緊張と未知へのドキメキを感じているであろう。

子どもの成長

それとは裏腹に、その子どもの親や家族は、常日頃、我が子に「転ばぬ先の杖」で、あれこれ色々と先の事を考えて、失敗のないようにと世話を焼きたがる。親や家族は自分の経験を踏まえ、「そんな危ない事止めとき」「無駄なことはするな」「何のために...」と、我が子が苦労すること、失敗することを心配して、先回りのアドバイスをし、失敗を回避させようとする。本当にそれでいいのだろうか。それぞれの節目の課題や、その能力は違っても、自分からやってみようという思いと、それに伴う「体験」や「過程」「段階」が大切に、失敗しただけ成功したかの結果だけが大切なのではないと思う。人生の結果はまだ先の先の話だ。

「急がば回れ」ということわざがあるが、子どもが「自分で考えてやってみよう」と始めたことが完全な失敗になってもかまわない。そこで子どもは何度も挑戦と失敗を繰り返して、自分で考えて成功を導こうとする。それが大きな成長である。

最近では親が我が子の失敗を恐れて、失敗を体験させていないことが多いように思われる。もちろん育児放棄や虐待にまでつながることは論外だが、内心はつらくとも、子どもの失敗を恐れず、じっと見守れる親になってもらいたい。

何度も失敗を経験した子どもが成長し、「自己実現(夢を叶える)」のための「自己決定」ができる人となり、社会に出て、自分に責任の持てる大人になってゆくのではないだろうか。

まなびの会

あなたも一緒に学びませんか？

元児童相談所判定課長のくまもと副理事長が、これまでの子育ての知識を惜しみなく講習会にてお伝えします。子育てに関わっている方、関心のある方ならどなたでも大歓迎です！

- 日程／第6回…H31年3月20日(水) フリートーク
- 場所／すすくひろば会議室
- 時間／10:30～12:00 ■受講料／1回500円

—— 予約制 ——

※託児はありません

※平成31年度も全6回開催予定です。



くまちゃん

「心をひらいて与えよう・心をひらいて分かち合おう・心をひらいて受け取る...」

アメリカで、子育てコンサルタントとして活躍してこられた「ドロシーおばさん」の「心をひらこう」という詩です。皇太子さまが、幼い愛子さまの教育に絡められて、その詩を読まれたことでも広く知られるようになりました。

もうすぐ平成の時代が終わりを告げますが、天皇陛下の最後の会見は、国民一人一人への感謝と幸せを願うお心、そしてひとりの国民であった皇后さまへの感謝に満ちていました。胸を熱くして聴かせて頂きました。

幼い子どもたちに私たちが出来る事は、素敵な未来を創るでもありません。心をひらいて、与える...心をひらいて分かち合う...心をひらいて受け取ること...心をオープンにすることで観える景色も未来も違ってくるのかもしれないですね。

おひさまと風の子サロン

理事長 道下伊砂江



LINE@ アカウントができました。



友だち追加でイベント情報などを受け取ることができます。

◀LINE「友だち追加」から「QRコード」で登録

facebook でも引き続き情報配信していきます。こちらもよろしくお願ひします。



おひさまと風の子サロン



おひさまと風の子サロン
子育てコンサルジユ



応援ありがとうございます。

TotalOfficeSolutionService

Co3s

有隣会社 TEL:0773-20-1100 〒620-0856 京福線福知山市土師宮町2丁目133番地
コーラス FAX:0773-20-1101

積水ハウス株式会社
SEKISUI HOUSE

シャークウッド福知山展示場

〒620-0931 福知山市宇藤尾5-1 (ハウジングピア福知山内)
☎ 0773-23-7006

お電話1本で予約・注文受けします ～親切・丁寧・心をこめて～

☎ 24-4566 (0773)

福知山市 東羽合町 149

営業時間: あさ10時～よる10時(11時)

AVIX

DVD 複製 CD 複製 ゲーム 印刷

社会福祉法人空心福祉会

☎ 0773-22-0501

✉ kuushin@skymind.jp

Kiitos Tel.0773-23-1423 Mail:kiitos.itsuka@gmail.com

子育て支援やおひさまと風の子サロンの応援してくれる団体・個人を募っています！



ぺんぎんたいそう

みかんの木文庫 仲野恵子

ユキちゃんはもうすぐ2歳、さかな(はじめてのすか)が犬のお気に入りです。金魚や熱帯魚から始まり、池、小川、河口、海へと、それぞれの住む場所に合わせ、わかりやすくリアルな絵に名前がひらがなで描かれています。

この本は、まちの保育園の園庭開放の日にご自由にお取りください。コーナーからもらってききました。ママは、読み込まれていて1984年9刷とあり、

ママより年上ということが少し気になりましたが、お魚を見るのも食べるのも好きなユキちゃんが楽しんでくれるかなと思っただけです。

NO IMAGE

さかな

指導：久田迪夫
絵：笠木実
福音館書店

ユキちゃんは、スーパードールに物にいくと「おしゃか」とお魚コーナーに駆け寄っていきま。ママは近くの水族館の年間パスを買いました。ユキちゃんは週に2回はこの本をもって水族館に通い、おさかなをじゅつ

と見ては、広い水族館の中を自分の家のように走り回るそうです。その水族館ではペンギンやアシカが青空を飛んでいるかのように野外の頭上に泳ぎます。ユキちゃんはペンギンも大好きになりました。

そこへ、おばあちゃんが「ぺんぎんたいそう」の絵本をプレゼントしてくれました。「ぺんぎんたいそうはじめるよ、いきをすつて、くびをのぼして、うでをふつて、あしをあげて、おなかとあたまをびったんこー、じゃーんぶー、おしりふつてー」明るい黄色一色の背景に、ペンギン2匹がペンギンならではのポーズをしています。それがまさに体操！左の小さい方がケープペンギン、右の大きい方がキングペンギンだそうです。作者の齋藤楨さんがペンギンをスケッチしているうちに、その動きの面白さに惹かれて、この絵本が誕生したとか。このリアリ

NO IMAGE

ぺんぎんたいそう

作：齋藤 楨
福音館書店

ティがうれしいです。ユキちゃんはパパに、本を読んでもらって一緒にぺんぎんたいそうをします。膝の上で読んでいても、いつの間にか立ち上がってピョンピョン。手のパタパタも足をあげてのイッチー・イッチーも、動きはペンギンそっくり、いえ、それ以上にあどけなく可愛い。その姿が見たくて、周りの大人は何度も読みたくなります。

新刊 絵本紹介

福知山市立図書館 中央館

NO IMAGE

「ねーずみねーずみ どりーこいきや」

こがよつこ／構成・文
降矢なな／絵

「ねーずみねーずみ どりーこいきや？」ねーずみさんが飛びこんだのは「ちゅっ ちゅくちゅ」ねーずみのお母さん。

うさぎさんやくまさんは誰に会いにいくのかな？ページをめくるたびに、大好きなところに飛びこむ喜びがいっぱい。赤ちゃんと一緒に読んでいるだけでリズムが生まれる楽しいわらべうた絵本。遊び方も載っているので、ぜひ一緒に遊んでみてください。

お問い合わせ

福知山市立図書館中央館
市民交流プラザふくちやま内
TEL.0773-22-3225

図書館には、他にもたくさんの絵本があります。毎月、おはなし会も企画しています。あかちゃんといっしょに図書館をご利用ください。お待ちしております。

おひさま応援団

体操教室ジャングルジム
梅原 厚

おひさま応援団とは...

サロンを支援してくださっている方からコメントをいただき、掲載するコーナーです。

に取り組むやる気や集中力、粘り強さが身につく。五感が刺激され、豊かな感性が育まれる。そして同世代や異世代の友だちと関わることで、社会性が身に付きます。

運動遊びにはメリットがいっぱい！いろんなことをたくさん吸収するこの大切な幼児期に、たくさん運動を経験させてあげることです。しっかりとした身体の基盤が作られます。そして子どもたちの明るい未来の可能性が無限大に広がっていきます。

発育期の子どもたちにとって運動遊びをすることは、子どもの成長にとっても大切です。思いっきり身体を動かして遊びながら運動することで、身体の健全な発育だけでなく、心の発達にも効果をもたらします。必要な体力が向上し、病気に

まずはおもしろく楽しむこと。楽しむことで身体も心も活性化されます。親子で一緒に爽やかな汗をかい、運動遊びで親子のコミュニケーションを深めましょう！

体操教室ジャングルジム

福知山市土師宮町2丁目110 TEL.0773-27-6852 FAX.0773-45-4054

ホームページ <https://www.junglegym-gymnastics.com/>

もしも異物を飲みこんでしまったら...



たばこ	何も飲ませない	吐かせる	至急病院へ
除光液・灯油 ガソリンなど	何も飲ませない	吐かせない	
ボタン電池 金属製品	何も飲ませない	吐かせない	
大人用の薬	水や牛乳を 飲ませる	吐かせる	
香水・整髪料	水や牛乳を 飲ませる	吐かせる	
洗剤・漂白剤 など	牛乳・卵白を 飲ませる	吐かせない	
防虫剤	水を飲ませる	吐かせる	

病院へ行く前のチェックポイント

- ①何を飲んだか ②いつ飲んだか ③どれだけの量を飲んだか
④顔色が悪いなどいつもと違うところはないか ⑤けいれんを起こしていないか
⑥意識ははっきりしているか
などをチェックし、誤飲したものの容器、袋、説明書などを持って行きましょう。

応急手当の方法が分からないとき

異物(薬・化学薬品・有害植物など)の種類によって応急手当の方法が違います。分からないときは119番やかかりつけの医師、看護師や#8000(子ども医療電話相談)へ問い合わせましょう。

休日や夜間に小児科医師・
看護師に電話で相談出来ます。

子ども医療電話相談

#8000の相談時間 (年中無休)

平日・日曜・祝日/19:00~翌朝8:00

土曜(祝日除く)/15:00~翌朝8:00

この円(直径39mm)の
中を通る物は
赤ちゃんの口に入ります。

(我が家の安心ガイドブック参考)

おひさまと風の子サロンでは、「だっこひも相談日」を毎月1回開催しています。
最近の抱っこひもは、赤ちゃんの安全と、抱っこする方への負担を軽減するよう年々進化しています。
新生児向け、落下防止機能付きなど、ますます複雑になっており、そのため、分厚い説明書



だっこひもの使い方

赤ちゃんをいつもの抱っこにしていた
だき、その姿勢を抱っこひもでくるむ感
じが一番安全で楽な姿勢です。

赤ちゃんをピタッと密着させ、お
母さんはリラックスして抱っこし
てくださいね。

腰ベルトをしっかりウエストに留めて、
赤ちゃんの背中中はCカーブ、足はM字。

背中ベルトは肩甲骨上でH字に
なるよう心がけましょう。

首が座るまでの赤ちゃんは、頭は大き
くて重いので、後ろに倒れないための
ガードだけではなく、なるべく首や背
中の負担がかからないよう、首の付け
根を手のひらで包み込むようしっかり
支えましょう。

! 長時間の抱っこひもの使用は
出来るだけ避けてください。

赤ちゃんがずっと同じ体勢でいることは、
赤ちゃんに負担をかけていると思われる。



やDVD、又は動画などで十分
理解してからの利用となりま
す。
間違った使用方法では、赤
ちゃんの身の危険、抱っこする方
の首や腰の負担となってしまう

ます。
サロンでは、スタッフ全員が「子
育ての文化研究所」の講習を受
け、安心して抱っこひもを使っ
ていただけるよう、心配りをし
ております。
世間には抱っこひもの使い方
はたくさんあります。サロンの
抱っこひもの使い方がすべてで
はありませんが、抱っこする方
も、抱っこしてもらおう赤ちゃん

も、快適に過ごせるよう使用し
てください。
そして不安や心配事があり
ましたら、お気軽にスタッフに
声をかけてください。

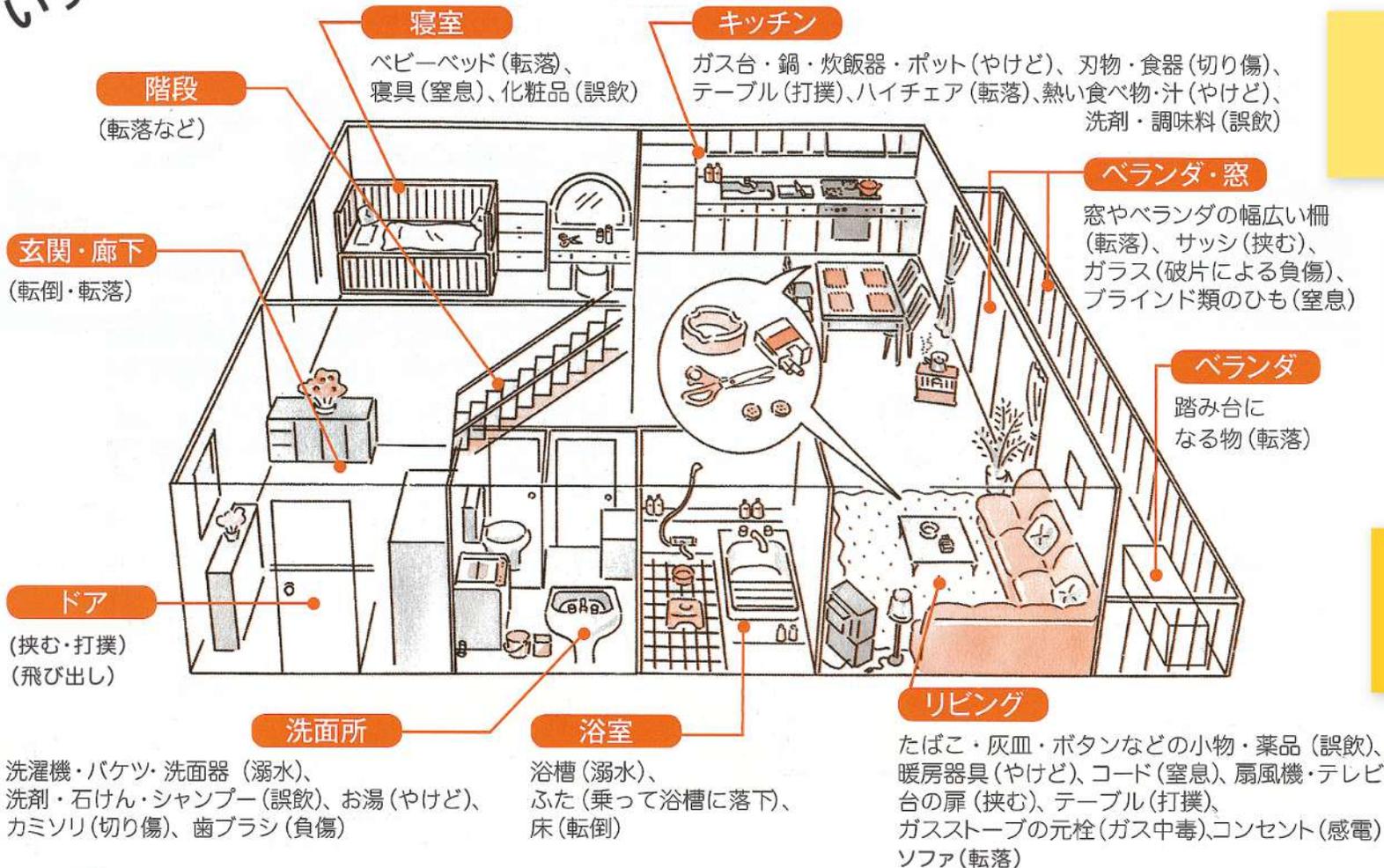


キケンがいっぱい!!

あなたのお家は大丈夫!?

(我が家の安心ガイドブック参考)

みんなのヒヤッ! と体験



まだ動かないと思って、
ベビーカーのベルトを
していなかったら、
ずり落ちてしまった!

飲食店の
ソファ席も
注意

おんぶ中、戸が閉まらないと
思ったら、子どもの手が挟ま
っていた。

おんぶ中の
子どもの手・足
頭に注意



ガス台の上のフライ
パンの取手に手が届
いて、ひっくり返しそ
うになった。

取手を
手前に向けない。
奥に置く。
包丁も



カギか携帯を
必ず持って
出よう!

ベランダに出ている
時や、ちょっと玄関を出た時
に、子どもにカギをかけられ
閉め出された!

ゴミ箱に大事な
物を捨てられて
いた

ゴミ
出しの時
中身を
チェック!

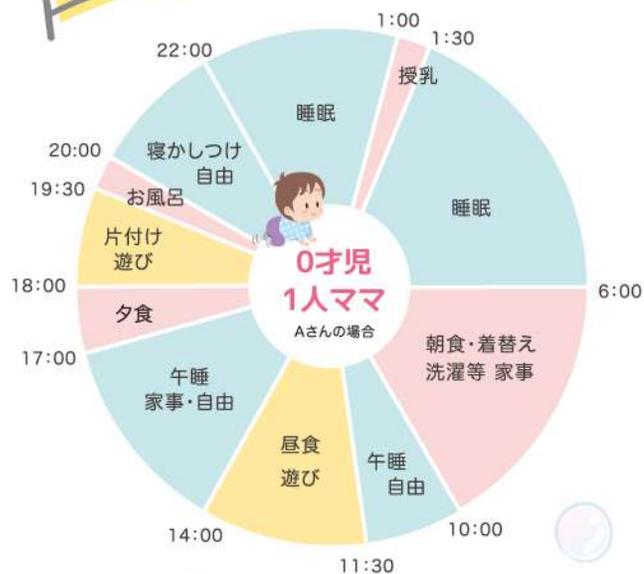
手の
届かない所に
ゴミ箱を
設置する!

〈炊飯器〉手の届くところがあると蒸
気でヤケドするのでキケン!
〈電気ポット〉コードを引っばって熱
湯をかぶりヤケドすることがあるの
で要注意。



気になる!

みんなのとある1日をチラ見!



ママの1人時間
何してる?

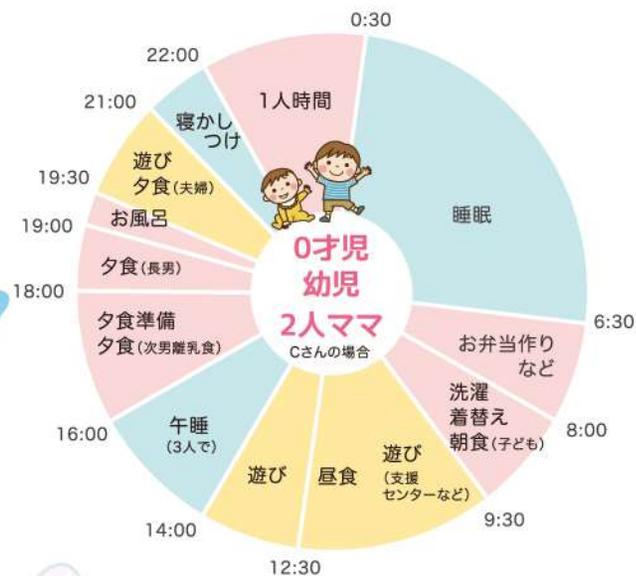
ランキング

- 家事
- テレビ
- ティータイム
- 読書
- 趣味

その他
運動・買い物
ネットショッピング
一緒に寝る etc

みんなの
寝かしつけテクニック

- 添い寝
- 寝たふり
- 子守り唄 絵本
- だっこ (しながらスクワット)
- 自分のお腹の上に寝かせる
- ママの好きな所を触らせる (顔・耳など)
- おしゃぶり
- 全力で踊って疲れさせる
- 足の裏マッサージ

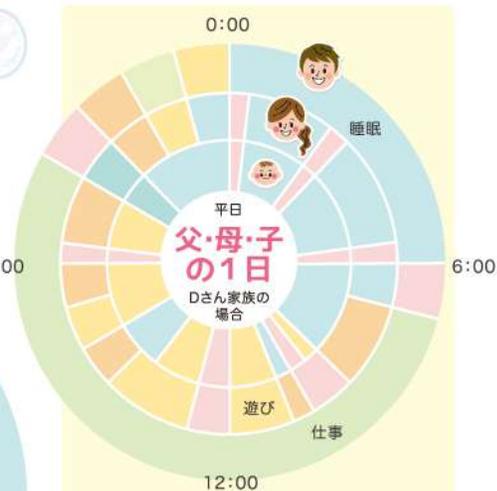
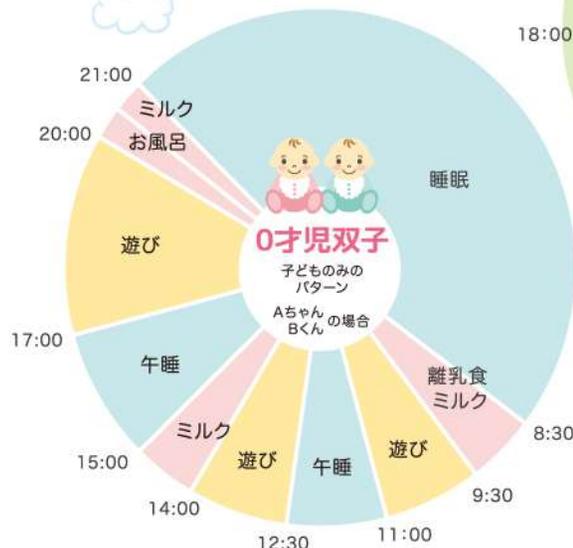
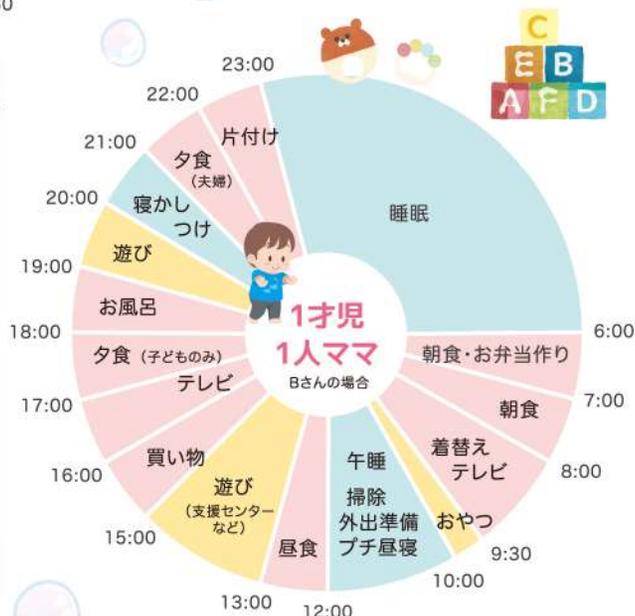


みんなの
夜泣きの対処法

ランキング

- だっこ
- 寝たふり
- 耐える

その他
おっぱい・ミルク
違う部屋に連れて行く(電気は消したまま)・水分・ドライブ
メリーを鳴らす
絵本 etc



■ 睡眠 ■ 家事 ■ 仕事
■ 食事・ミルク ■ 遊び

生活リズムは各ご家庭により異なります。上記の表はあくまで一例として参考にしてください。