

NPO法人

おひさまと風の子

No.
36

おひさまひろば

Vol.
91

秋冬号
2019



バースデーパーティー
アイデア

便利グッズ紹介

トイレトレーニング
アイデア

イベント
紹介 くまちゃんの
子育て座談会

イベント
紹介 ほっこりひろば



最新イベント
情報をお届け
します!



LINE 公式アカウント
はじめました!

◀お友だち登録はこちらから



Facebookもチェック

おひさまと風の子サロンの
情報配信をしています

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 [すくすくひろば 福知山](https://ohikaze.jp) 検索 <https://ohikaze.jp>

✉ ohi-kaze@aurora.ocn.ne.jp

警報発令時は休館になります

HAPPY Birthday!



バースデー パーティー アイデア

●Happy birthday!の文字を
壁に貼ったり、ガーランド、風船、
折り紙などで飾り付け



●子どもが好きな
キャラクターの
キャラごはんを作る
(きなこや、かぼちゃペーストで
ほっぺやお皿に文字をかく)



●ひとくちお寿司



●パーティーメニュー
チーズフォンデュなら蒸し野菜
など、子どもも食べやすく
大人も一緒に楽しめる



●じいじ、ばあばも呼んで
パーティー
●大人用にお寿司ケーキ
●選び取り

●ファーストシューズを
じいじ、ばあばからプレゼント
●生まれてから一か月ごとに撮った写真を
壁に貼って記念撮影



●1歳から食べられるケーキを作る
(ヨーグルトや果物、パン、ホットケーキ・
ボーロを使って。市販のキットもある。)



●1歳のお誕生日で
つかみ食べデビュー
(プチホットケーキなど)



●一升餅を背負う
(ネットで注文できる)



●いつものメニューに
海苔で顔を付けたい、
飾りをつけるだけ



便利グッズ 紹介

useful items



横に吐いても、動いて
いるうちにスタイが
後ろに回ってしまっ
ても大丈夫!

タオルホルダー

- 全方向型スタイ
- ソフトスタイ
- 紙パックジュースホルダー
- プチおにぎり型押し

紙の使い捨ての物
ではなく、水や油
をはじく素材で、
小さくためる

左利きの子も
使いやすい



先を左右どちらにでも

まげられるスプーン

ボーロカップ



麺カッター



ケース付きの 長めのスプーン



- 帽子クリップ
- 手持ちのお皿を、テーブルに固定できる吸盤
- ベビースマイル(自動鼻吸器)
- フリフリおにぎりメーカー
(ガチャガチャのケースでも
代用できます)

しっかり洗っ
てから、中にご飯を
入れて振るとお
にぎりができる

●ベビーマグちゃん(せんたくマグちゃん)

- 小麦粉や片栗粉を保存できて、
振りかけて使えるケース

子ども用の洗濯洗
剤を買わなくても
これだけで一か月
洗濯ができる

付け替えられるおしひきの蓋、
ジップロックのような

おしひきケース



子どもを地域で守ろう! くまちゃんの子育て座談会



昨今報道されているように、痛ましい子どもを取り巻く事件が増えています。虐待に対する正しい知識・理解を深めることが、

地域での子どもの健やかな成長につながります。

座談会形式で、正しい子育てのあり方を学びましょう!

関心をお持ちの方でしたら、

どなたでもご参加いただけます。



参加費
無料

当日の内容

15分前～受付

座談会 開始

①おはなし(60分)

子どもの見方・子どもの発達

愛着障がい・虐待について

②質疑など座談会(60分)

2019

11/28 木

19:00～
20:30

定員
10名

道下工務店(福知山市荒河東町17番地)

2020

1/23 木

13:30～
15:30

定員
15名

綾部市ものづくり交流館 多目的ホール
(綾部市青野町西馬場下33番地の1)

申込締切:各会場1週間前

※託児はありませんが、
お子様同伴で参加できます

お問い合わせ

NPO法人 おひさまと風の子サロン

TEL.0773-23-5722(月・火・水・金・土 10:00～15:00)

メール: ohi-kaze@aurora.ocn.ne.jp

主催/京都府こどもつながり応援隊(構成団体:南丹市子育て支援課、
社会福祉法人 福知山市社会福祉協議会、あやべファミリーサポートセンター、
株式会社 道下工務店、NPO法人 おひさまと風の子サロン)

いっしょに
話しましょう!!

く ま ち ゃ ん
鳩摩元 敬一

元京都府立浜陽学校教諭指導係長
元京都府福知山児童相談所相談・判定課長
元園田学園女子大学非常勤講師
NPO法人おひさまと風の子サロン副理事長

トイレトレーニングアイデア



まずは
体の発達

をチェック!

立って歩くことができ
ていれば自分でトイレに行く
ことができます。尿意を感じ
る機能も育ってきます。

次に
おしっこ感覚

をチェック!

おしっこをためる機能が
未発達だと失敗しやすくて
大変。おしっこの間隔が2～
3時間あくと大丈夫。

最後は
心の発達

をチェック!

おしっこが出そう(出た)を
言葉やしぐさで伝えられる
ことでスムーズにはじめる
ことができます。

3つの項目が全て当てはまっていたら準備OK!

◎トイレに行けたらシールを貼る

◎普通のパンツを履かせて濡れた感覚を経験させる

- ・お気に入りのパンツを選ばせると汚れるのが嫌でトイレに行くことも
- ・家の中で濡れたら嫌な場所にはシートを敷く
- ・濡れた時、ペットのトイレ用シートでおしっこを吸収させてから拭く

◎人気キャラクターの補助便座を使う

◎おまるは補助便座にもなるものを使用

◎トレパンは分厚く乾きにくいので、普通のパンツで
2・3時間おきにトイレに誘う

- ・朝、昼寝後はトイレに誘うタイミング!

◎トイレでできたら大げさなくらい褒める

◎あっぱんぽんで過ごす

お子さんの
ペースに合わせて
はじめましょう。



とある保育園の保育士さんは...

決まった時間(活動の前後)に皆でトイレに行き、
出なくても座らせる。出た時は一人ひとりの排泄の
時間を記録しておき、次の排泄のタイミングを
予測。できた時はすこく褒める。

トレパンは賛否両論ですが、うんちの時は大変
かも。なにより、本人のやる気が大切!





赤ちゃんがきた！
お兄ちゃん
お姉ちゃんはい？

みかんの文庫 仲野恵子

2歳半になったユキちゃんの
おうちに赤ちゃんがやって来ま
した。弟が生まれたのです。ある
日、こんな動画がおばあちゃん
のところに送られてきました。
ユキちゃんママに弟を抱っ
こさせてもらっています。「可愛
いねえ。」とママがいうと「うん、
赤ちゃんも可愛いし、ユキちゃん
も可愛いねえ。」とユキちゃん。
ママ「うん、ユキちゃんも可愛い
よー。ユキちゃんも赤ちゃんも可
愛い、だ〜い好き。ね。」
ユキママもパパもおばあちゃんも
おじいちゃんも、ユキちゃんのこと
が、みんなユキちゃんのこと

が大好きだよ。」
ママ「そっだよ。みんなユキ
ちゃんのこと大好きだよ。赤ちゃん
もユキちゃんのこと大好き
だよ。」
ユキ「赤ちゃんもユキちゃん
のことだ〜い好きだよ。」
ママ「ユキちゃんはい？ 赤ちゃん
好き？」
ユキ「好き〜」
ママ「そっだよ。可愛いもんね。
ユキちゃんも可愛いもんね。」と
こまで。
この後、ユキちゃんはギューと
ママに抱っこしてもらっている
ことでしょう。



ちよつとだけ
(うごともとも絵本)

作: 瀧村有子
絵: 鈴木永子
出版社: 福音館書店

赤ちゃんができた時、上の子の
揺れ動く気持ちには本当にいじら
しいものです。

「ちよつとだけ」のなつちゃんの
おうちにも赤ちゃんが産まれま
した。赤ちゃんの世話で忙しい
お母さんを見てなつちゃんは
我慢します。いつもお母さんに
やってもらっていたことをひと
りでやり、ちよつとだけうまく
できて、ちよつとだけ笑顔にな
ります。でもお母さんに抱っこし
てもらって、そりゃもう満面の笑み。
この健気さに胸がきゅんとして
涙が出そうになります。子育てに
奔走する日々、上の子の気持ちを
思いやるうと、心に響く大人の
ための絵本です。時々、お薦めの
絵本として、取り上げられたりも
しています。

でも、子どもたちにはどうで
しょう。知らぬ間に大人の理想を
押し付け、いい子となるために
自己規制させる絵本にならない
でしょうか。下の子ができた子ど
もたちはそれぞれの心いつぱい
に葛藤しながら頑張っています。
それ以上、我慢しなくていいよ。
そのままのあなたでいていいよ。
赤ちゃん返りしたっていい、あな

たは子どもなのだからと言って
あげたいのです。
そんな絵本を...と、探したらあり
ました。「あなたってほんとにしあ
わせね」赤ちゃんへの葛藤を
乗り越えて、タフで素敵なお姉
ちゃんに、成長していくお話です。
丸ごとの自分を受けとめてもら
い、喜びにあふれた元気の出る絵
本を、幼い子どもには、手渡して
いきたいものです。



あなたってほんとに
しあわせね！

作: キャスリーン・アンホルト
訳: 星川 菜津代
出版社: 童話館

ほっこいひろば

毎日、育児や家事に追われてバタバタ!!
なかなかゆっくり自分の時間が持てない
皆さんにほっこりと癒しの時間を提供
しようと、このひろばを開催しました。
数十分の間、お子さんと離れて、アロマの
香りに包まれながら「てとて」のサークル
さんとの会話に花がさくこともしばしば...
妊婦さんや授乳中のママも大丈夫です。
毎月一回ほっこり癒されに
きてくださいね！



予約制
電話か来所時に
予約をお願いします



毎月1回開催

(10:30~12:00)

ハンドトリートメント
フットトリートメント

各
¥300

両方を希望することも可能です

詳しくは毎月のイベントカレンダーにて確認してください。
イベントカレンダーはすくすくひろばにて配布しています。おひさまと風の子
サロンのHPやLINEでも毎月のイベントカレンダーを配信しています。

アロマサークル『てとて』

13名のメンバーと共に手から手へ
『笑顔の種をまこう』の気持ちで、
ハンド又はフットトリートメントを
通じて、癒しの時間をご提案させて
頂いています。



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

"Hand
treatment"

なかなか自分の時間が持たなくて、感情のコントロールが
難しい時でも、アロマの香りと触れあう事で、笑顔に
戻られるお母さん方。ぼろりと本音が出せる聞ける
場所。お疲れに早く気付いて、元気なママに...。
笑顔のママでいられるお手伝いをさせて頂ける
ことを嬉しく思います。
月に1回ではありますが素直な自分に戻る、
自分時間をお手伝いさせて下さいね。

"Foot
treatment"



いあいわい

先日、私の孫が「東京に行つてはいる」と言つてはあはれ何？と聞かれました。

「ええ」と聞き返すと孫は、「僕は東京に行つたら、まず家を買つてデイズニーの年パスを買つて」と言つたのです。夏休み、デイズニーを楽しんだ孫はもっと遊んでいたいと思つたのだと思いますが、「いいね。さつとさつとなる。応援するよ」と返しました。孫が今見ている夢はそんなのです。

もう一人の孫は、「ばあばは、戦争中どんなものを食べていた？」と聞きます。私は、戦後生まれですので、戦争中は知らないのですが、後日「芋粥」を作つて食べてもらいました。「まずい」と言つて途中で止めてしまつた始末でした。

興味を持ったことを共有することはとても楽しいと思つています。子ども達は、あらゆることに興味を見つけて、話をしてくれます。私は、それを聞くことが楽しみであり、ともに楽しめる事を喜んでいきます。いろいろな事を体験してほしい!!それが一番の人生の宝物になるだろうと思つたのです。が、毎日宿題はそつちのけで、ゲームに夢中になる孫に「どつちのものだろ」と悩む祖母であります。心に余裕をもって子ども達と向き合う事はなかなか大変です。それでもいつか向き合う事が、かえつて心の栄養になったりしますね。

おひさまと風の子サロン 理事長 道下 伊砂江

新刊

絵本紹介

福知山市立図書館 中央館



長野ヒナ子／作・絵

「げんこつやまのたぬきさん」

「げんこつやまのたぬきさん」
おっぱいので、ねんねして...

の歌詞でおなじみのわらべ歌が
絵本になりました。

たぬきさんの次は、うさぎさんが登場。
さあ、うさぎさんの次は...

長野ヒナ子さんの温かな絵と、
アレンジが楽しい歌絵本。

巻末に楽譜と踊り方が付いています。

ページをめくりながら、お子さんと
一緒に歌って踊ってみてください。



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。
赤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。



社会福祉法人
空心福祉会
0773-22-0501
kuushin@skymind.jp
随時STAFF募集!!

“子どもたちは育った家を忘れない”
SEKISUI HOUSE 積水ハウス株式会社
シャーウッド福知山展示場
〒620-0931 福知山市字篠尾5-1
(ハウジングピア福知山内)
TEL 0773-23-7006
この冊子持参で “特別” レント 【先着30組】

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

応援ありがとうございます
ございます

キイトス 親子のふれあいタイム
ママのリフレッシュタイムに
Tel.0773-23-1423
福知山市 ベビーマッサージ教室 検索
Mail : kiitos.itsuka@gmail.com

株式会社コークス 検索
オフィスのことなら
まずは コークス にご相談ください
TotalOfficeSolutionService
株式会社コークス
TEL:0773-20-1100
FAX: 0773-20-1101 URL: https://coks.jp
〒620-0856 京都府福知山市土師宮町2丁目133番地

最新情報はホームページへ
アビタワン
お電話1本で 予約・注文お受けします ~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(土・日・祝)
AVIX
見る・聞く・読む・遊ぶ・学ぶ・つなぐ
TEL:0773-24-4566 FAX:0773-24-4567

社会福祉法人 上豊富福祉会
上豊富保育園
★延長保育事業 ★0歳児から入園できます。
★一時預かり事業 ★放課後児童健全育成事業
〒620-0966福知山市字樽水小字辻2399-1
TEL.0773-34-0007 FAX.0773-34-0121
詳しい内容は
こちらから http://www.kamitoyo.jp/

みんなの側で、生きている体操。
体操教室ジャングルジム
Jungle Gym
親子クラス(1~3歳)無料体験実施中!
〒620-0856 福知山市土師宮町2丁目110
TEL.0773-27-6852
https://www.jungle-gym-gymnastics.com