

第384号

令和7年10月1日発行
岡崎市総合子育て支援センター
TEL:0564-26-0706
FAX:0564-26-6711
岡崎市八帖北町4番地9
(城北保育園3階)



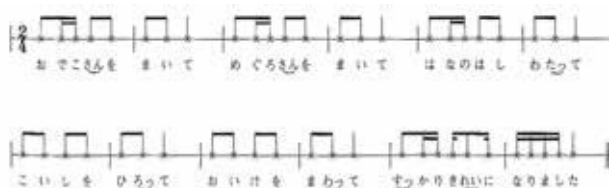
子育て講座『パパママ講座・ふれあい遊び』



CONTENTS

- ◆ちょこっとわらべうた
- ◆らーごむ～“ちょうどいい”ってステキ～
「リフレイムしよう！」
- ◆子育て支援の会
- ◆子ども図書室おすすめの絵本
- ◆総合子育て支援センターからの
お知らせ
 - ・ひろばのお知らせ
 - ・子育て講座のご案内
 - ・子育て講座報告
 - ・お休みのお知らせ

♪ちょこっとわらべうた♪ 『おでこさんをまいて』



①おでこさんをまいて



おでこを4回なでる

②めぐるさんをまいて



目の周りを片方ずつ
なでる

③はなのはしわたって



鼻筋を上から下に
4回なでる

④こいしをひろって



鼻の左右の穴から鼻くそを
とるしくさを2回ずつする

⑤おいけをまわって



口の周りをくると
2回なでる

⑥すっかりきれいになりました ⑦た



顔全体をくると
なでる



おでこにそっと手を
置く

【参考引用】赤ちゃんから遊べるわらべうたあそび55 チャイルド本社

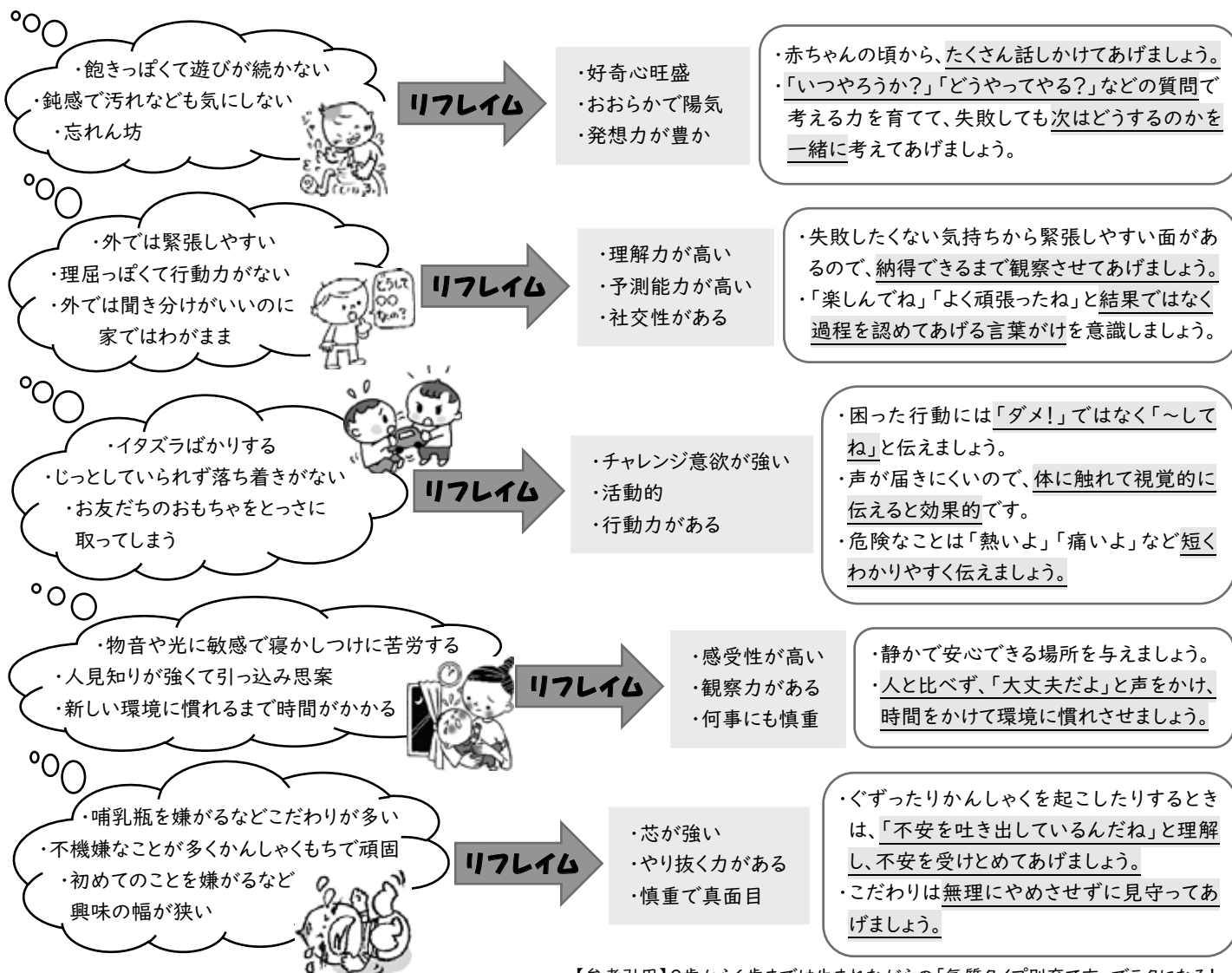
らーごむ



～“ちょうどいい”ってステキ!～ 「リフレインしよう!」

Lagom (らーごむ)は、「ちょうどいい」、「ほどよく心地良い」という意味のスウェーデン語。総合子育て支援センターは、必要以上にながめることも、手を抜くこともない、みなさんにとって“ちょうどいい”子育てを見つけるお手伝いをします。

いつもニコニコしている子もいるのにうちの子は泣いてばかり…、落ち着いてママのお膝に座っている子もいるのにうちの子は動いてばかりで落ち着きがない…、などと感じたことはありませんか？子どもの性格は育った環境に影響を受けるといわれますが、生まれながらにある程度の個性をもっています。子ども一人一人に必ず長所がある一方で、育てにくさを感じる時もありますよね。そんな時は、子どもの姿を肯定的に捉える習慣「リフレイン」を意識して、子どもの良いところを伸ばして行ってあげましょう。



【参考引用】0歳から6歳までは生まれながらの「気質タイプ別育て方」でラクになる!

※大きな怪我や命に関わる危険なことをする時、人に迷惑をかけるような行動をする時は、注意をしていくことも大切です。

「困ったなあ」と感じる行動は子ども自身が困っているときかもしれない。子育てが大変だと感じる時期は誰にでもあります。その時期を一緒に共感したり、話したりできる人をできるだけ多く見つけて、楽しく子育てしていきたいですね♪



お困りのときは総合子育て支援センターにご相談ください。

◆出張相談のお知らせ◆

〈10月の相談日〉

7日(火) なごみん
15日(水) よりなん

8日(水) 悠紀の里
16日(木) むらさきかん

23日(木) やはぎかん



* 「出張相談」は予約制です。総合子育て支援センターにお申し込みください。 ☎0564-26-0706



☆10月に開催される、各地区の民生委員・児童委員協議会主催の「子育て支援の会」の活動予定です。「子育て支援の会」に参加し、お住まいの地区でお友だちを作ってみませんか？

☆ここに掲載してあるのは一部で、非公開で行っている地区や、地区外でも参加できる会もありますので、詳細はお問い合わせください。

お問合せ：総合子育て支援センター ☎0564-26-0706

2日(木)	ぴよっこみどり	高年者センター岡崎(2階集会場)	16日(木)	あじさいの会	愛宕学区市民ホーム
8日(水)	こっこの会	根石学区市民ホーム	17日(金)	やひがしばんびの会	西部地域交流センター(やはぎかん)
9日(木)	ちびっこプーさん	常磐東学区市民ホーム	20日(月)	どんぐり広場	竜美丘学区市民ホーム
9日(木)	ろくほくタンポポの会	六ツ美北部学区市民ホーム	22日(水)	ぽっぽの会	岡崎学区こどもの家
9日(木)	カンナの会	本宿学区市民ホーム	23日(木)	はねっこ広場	羽根学区市民ホーム
9日(木)	こばとの会	山中学区市民ホーム	24日(金)	さくらんぼ	東部地域交流センター(むらさきかん)
14日(火)	ぴよぴよ	大門学区市民ホーム	27日(月)	プチ広場	岩津学区市民ホーム
14日(火)	おたまじゃくしの会	いちょうの家分館			



岡崎市立中央図書館 子ども図書室 おすすめの絵本



中央図書館の子ども図書室では、赤ちゃんから小さい子向けの絵本をそろえています。その中からおすすめの本を選びました。お子さんと一緒に楽しみながら読んでください。

『おはなのおはなし』

たかどの ほうこ／著 のら書店



おはながさき、おひさまに「こんにちは」と言いました。だんだん暑くなりました。曇ったり、雨が降ったり、風が吹いたりしたあと、おひさまが言いました「おはなさん おおきくなったね！」

『かめかめたいそう』

齋藤 槇／さく 福音館書店



かめさんたちが体操をはじめます。息を吸ったり、吐いたり、手と足を伸ばして大きくなったり、小さくなったり…。ねんね や はいはいのあかちゃんから、家族一緒に楽しむことができます。

『いっしょにえほんをよみましょう!』

海野 あした／作・絵 ニコモ



らいおんさんが絵本を開くと、らいおんのあかちゃんがとことこと寄ってきて、いっしょに絵本を読むことに。わんちゃん、ぶた、たぬきのあかちゃんも寄ってきて、みんなでどうやって読むのかな？

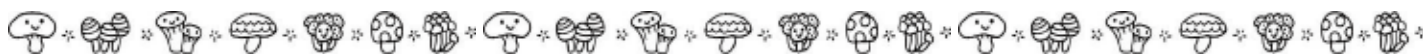
『まる!』

得田 之久／さく 北村 人／え 童心社



ぱんださんが、丸くなって、まる! それを、ねこさんがまねしてる! さかなさんもまねして、まる! さかなさんは膨らんで丸くなりました。とりさんや はりねずみさんは どんなふうに丸くなるのかな？

総合子育て支援センターからのお知らせ



初めてママのためのひろば

★初めて(第一子)の子育てをしているママのためのひろばで『はじめの一步』をしてみませんか?
同じくらいの月齢なら、思いや悩みも似ていて話しやすいと思います。親子で遊んだりママ友づくり
や情報交換ができたりする場としてご利用ください。

★13時30分~14時30分 (13時20分受付開始)

10月	ねんねひろば(3か月~4か月)	ころころひろば(5か月~6か月)	にこにこひろば(7か月~8か月)
	毎週火曜日 7日・14日・21日・28日	毎週水曜日 1日・8日・15日・22日・29日	毎週木曜日 2日・9日・16日・23日・30日

パパのためのひろば

★お子さんと一緒に音楽に合わせてふれあい遊びを楽しみませんか。

★第2、第4土曜日10時30分~10時50分 (10時20分受付開始)



子育て講座のご案内

講座名	開催日時	場所	講師	定員	受付期間
ポッキー先生と遊ぼう	10月23日(木) 1部(1歳独歩可)10時~10時45分 2部(2,3歳独歩可)11時~11時45分	総合子育て支援センター	にじいろキッズ 相川 優一氏	乳幼児親子 各15組 (抽選)	9月5日(金)から 10月6日(月)まで
おいしく食べよう 離乳食②	11月11日(火) 10時~11時30分	総合子育て支援センター	保健部(保健所) 健康増進課 管理栄養士	乳幼児親子 20組 (抽選)	9月24日(水)から 10月24日(金)まで
歯の健康・ ふれあい遊び	11月20日(木) 10時~11時30分	北部地域 交流センター なごみん	保健部(保健所) 健康増進課 歯科衛生士	乳幼児親子 20組 (抽選)	10月1日(水)から 10月31日(金)まで

①総合子育て支援センター受付 ②電話(0564-26-0706) ③インターネット のいずれかの方法で、期間内(最終日17時15分まで)にお申し込みください。先着順ではありません。申し込み多数の場合は抽選となります。
対象は岡崎市在住の未就園の親子です。各地域交流センターの事務所で受付や問い合わせはできません。



インターネット申込方法: 右記 URL または QR コードから「子育て講座」で検索してください。

<https://ttzk.graffer.jp/city-okazaki>

子育て講座報告「パパママ講座・ふれあい遊び」

- 8月23日(土)に安達友隆氏をお招きして「わくわく子育て きらきら思考の作り方」と題し、パパママ一緒に子育てをするコツをお話いただきました。パパとママ、それぞれの思考を紐解きながら、普段がんばっているお互いに向けた言葉がけのワークなどを通して、照れながらも笑い合い、絆が深まったのではないのでしょうか。
- 最後に家族みんなでできるふれあい遊びを楽しみました。
- (*表紙に講座の様子を掲載しました。)



お休みのお知らせ

《プレイルーム・

よちよちルーム》

- 7日(火) 9時30分~13時 支援センター行事のため
- 23日(木) 9時30分~13時 支援センター行事のため
- 24日(金) 9時30分~13時 城北保育園行事のため
- 日曜日・祝日は通常のお休みです。

※よちよちルームは上記以外にも都合によりお休みになることがありますが、その場合はプレイルームをご利用できます。
※やむを得ず予定を変更することがあります。

《地区子育て支援センター》

岩松保育園 14日(火)16日(木) 園行事のため

この情報紙「すくすく」は、岡崎市のホームページからもご覧いただくことができます。

すくすく

検索

お問合せ: 総合子育て支援センター ☎0564-26-0706
受付時間: 8時30分から17時15分まで