

第352号

令和5年2月1日発行  
 岡崎市総合子育て支援センター  
 TEL:26-0706 FAX:26-6711  
 岡崎市八帖北町4番地9  
 (城北保育園3階)



バルーンアートを  
楽しめました。

城南学区子育て支援の会  
『ちびっこの会』










♪ちよこっとわらべうた♪ 『ここはどうちゃんにんどころ』



CONTENTS

- ◆ちよこっとわらべうた
- ◆らーごむ~ちよどいいってステキ~  
「情報とのつき合い方」
- ◆子育て支援の会
- ◆保健所の相談事業について
- ◆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
  - ・地区子育て支援センターからのお知らせ
  - ・お休みのお知らせ

- |   |   |   |
|---|---|---|
| ①ここは どうちゃん<br>にんどころ   | ②ここは かあちゃん<br>にんどころ   | ③ここは じいちゃん<br>にんどころ   |
|  |  |  |
| 人さし指で右ほほ<br>を軽く4回つつく。   | 左ほほを軽く4回<br>つつく。  | おでこを軽く4回<br>つつく。  |
| ④ここは ばあちゃん<br>にんどころ   | ⑤ここは ねえちゃん<br>にんどころ   | ⑥だいどう だいどう  |
|  |  |  |
| あごを軽く4回<br>つつく。   | 鼻を軽く4回つつく。<br>(「ねえちゃん」は「にい<br>ちゃん」でもよい。)  | 顔のまわりを2回<br>なでる。  |
| ⑦こちょこちょ...  | *顔を触れられることが苦手なお子さんには、大人の顔を触るのを見せながらうたって遊んでみましょう。                                      |   |
|  |   |   |
| あごの下をくすぐる。  |   |   |

# らーごむ



~“ちょうどいい”ってステキ!~  
「情報とのつき合い方」

**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、必要以上にがんばることも、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。

節分を過ぎると暦の上ではもう春です。しかし実際には一年の中で一番寒さが厳しい時期なので、体調の変化に気を配りながら過ごしましょう。暖かい日には、梅の花など春を見つけにお散歩に出かけるのも楽しいと思います。



情報社会と言われる現代、子育てをしていてもたくさんの情報があふれています。みなさんは育児に関する情報をどこから入手していますか？

「楽しいイベントはないかな?」「あのお店の定休日はいつ?」などすぐにわかって便利な情報や「同じ月齢の子育てをしているママに会いたい。」「同じ趣味の仲間と会いたい。」などつながりやすい情報もあれば、離乳食について調べて「みんなこんなに何でも食べているの?」、病気について調べて「この症状、重い病気なのかな?」など、不安をかきたてられてしまう情報も少なくありません。いろいろな情報が入ったり、多くの人とつながったりできるメリット・デメリットを考えてみましょう。



## ☆ メリット ☆

- ・ほしい情報がすぐわかる。
- ・いろいろな人とつながることができる。
- ・買いたいものが手に入る。
- ・いろいろな可能性や視点から選択肢が増える。
- ・自分の知らなかったことを知り、考え方の幅が広がる。 など

## ☆ デメリット ☆

- ・情報が多くて混乱する。
- ・不安になる。
- ・嘘や偏見や悪意を含む情報がある。
- ・個人情報流出や悪用の危険がある。
- ・すぐに調べてしまう、何度も調べてしまう、わかるまで調べてしまうなど、依存しやすい。 など



## ○情報リテラシーを身につけましょう。



情報リテラシーとは、正しく情報を読み解き、正しく情報を発信することです。見つけた情報は信頼できる場所かを確認しましょう。善意を利用して拡散を求める情報もあります。惑わされて拡散しないように気をつけましょう。

○お子さんの成長、発達、症状、育児の方法などについて検索するときは、あくまでひとつの例であることを心にとめておきましょう。

情報がたくさんあると迷うことも多いですが、いつもお子さんと一緒にいるママが、  
“自分のお子さんに合っていると思う方法を選択する”ことが大切です。



悩んだり迷ったりしたときは・・・

➡ 総合子育て支援センターに相談してみませんか？ 当センターは、「利用者支援事業」の窓口です。

### 妊娠中・子育て中の相談

病院に行く間、子どもを預かってほしい。

うちの子、落ち着きないのかな

離乳食が思うように進まない

最近育児がづらい・・・

### 相談受付・対応・助言

利用者  
支援事業  
総合子育て支援センター  
0564-26-0706

### さまざまな機関・支援

- ・総合子育て支援センター
- ・保健所
- ・一時預かり保育
- ・家庭児童課
- ・ファミリーサポートセンター
- ・こども発達センター など

ママの気持ちを大切にしながらそれぞれのお子さんに合った方法を一緒に考えたり適切な窓口を紹介したりします。



☆2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 ☎26-0706

**\*都合により中止になることがありますのでご了承ください。**

2日(木)	ぴよっこみどり	緑丘学区市民ホーム	20日(月)	どんぐり広場	竜美丘学区市民ホーム
9日(木)	ちびっこプーさん	常磐東学区市民ホーム	21日(火)	ひなたぼっこ	井田学区市民ホーム
9日(木)	ろくほくたんぽポの会	六ツ美北部学区市民ホーム	21日(火)	ねっこの会	大樹寺学区市民ホーム
9日(木)	カンナの会	本宿学区市民ホーム	21日(火)	虹っこひろば	細川学区市民ホーム
9日(木)	こぼとの会	山中学区市民ホーム	22日(水)	ぼっぼの会	岡崎学区市民ホーム
16日(木)	めだか広場	男川学区市民ホーム	23日(木・祝)	はねっこ広場	羽根学区市民ホーム

◆出張相談のおしらせ◆

〈2月の相談日〉

2日(木) なごみん

8日(水) 悠紀の里

9日(木) むらさきかん

15日(水) よりなん

16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。

☎26-0706

## 保健所の相談事業について



岡崎市健康・食育キャラクター  
まめ吉

### まちかど ほっと相談室

[開催日時・場所(以下の地域交流館)]

9時45分～11時

西部(やはぎかん)	2/28(火)、3/23(木)
北部(なごみん)	2/15(水)
六ツ美分館(悠紀の里)	3/24(金)

[内容] 体重測定、授乳に関する相談、育児相談

[対象] 0歳児のお子さんと保護者の方

[持ち物] 母子健康手帳、バスタオル



※新型コロナウイルスの感染状況によりやむを得ず中止にする場合があります。ホームページでご確認ください。  
※お電話での相談も受付けています。

### 不妊・不育専門相談

2人目以降の妊娠について悩んでいる方のご相談もお待ちしています。

[開催日時・場所]

13時30分～、14時30分～

岡崎市保健所 2/24(金)、3/24(金)

[内容]

不妊症看護認定看護師による面接相談(50分程度)

[申込]

事前予約制。

相談希望日の2日前までに電話予約してください。※先着2組。



＜お問合せ先＞

岡崎市保健所 健康増進課 母子事業係  
電話 0564-23-6084 FAX 0564-23-5071  
(月)～(金) 8:30～17:15(祝日を除く)

# 総合子育て支援センターからのお知らせ

都合により、ひろばや講座等は、参加人数の変更または中止になることがありますのでご了承ください。

## \*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。受付前には入室できません。)

★対象10組となりますが、人数を超えた場合は定員内であればプレイルームをご利用できます。

2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	毎週木曜日 2日・9日・16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20分受付開始。受付前には入室できません。)

★対象6組となりますが、人数を超えた場合は定員内であればプレイルームをご利用できます。



## 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
歯の健康	3月7日(火) 10時~11時	総合子育て支援センター	保健部(保健所)健康増進課 歯科衛生士	乳幼児親子 15組 (抽選)	1月17日(火)から 2月17日(金)まで

講座は、電話(26-0706)、総合子育て支援センター受付、もしくはインターネット(電子申請総合窓口)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。参加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。

## 地区子育て支援センターからのお知らせ

地区子育て支援センターでは初めてママのためのひろばを実施しています。1歳未満の第一子のお子さんとママが対象です。親子で遊んだりママ友づくりや、地域の情報交換ができたりする場としてご利用ください。

予約などは不要ですが園の都合でお休みになることもありますので、直接園にお問い合わせください。

六ツ美中保育園	☎43-0841	第2・第4 水曜日	13:30~ 14:30
島坂保育園	☎31-6766		
豊富保育園	☎82-4888		
竜谷保育園	☎52-5455	第2・第4 木曜日	
岩松保育園	☎45-1488		



《プレイルーム・よちよちルーム》

8日(水) 9時30分~13時 支援センター行事のため

●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場合がありますが、プレイルームをご利用できます。

\*やむを得ず、予定が変更になることがあります。

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

受付時間:8時30分から17時15分まで

お問合せ:総合子育て支援センター ☎26-0706