

第375号

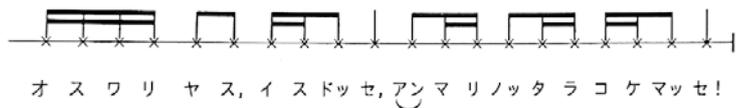
令和7年1月1日発行  
 岡崎市総合子育て支援センター  
 TEL:26-0706 FAX:26-6711  
 岡崎市八帖北町4番地9  
 (城北保育園3階)



子育て講座  
 『ポッキー先生と遊ぼう』



♪ちよこっとわらべうた♪ 『おすわりやす』



CONTENTS

- ◆ちよこっとわらべうた
- ◆らーごむ～“ちょうどいい”ってステキ～  
「子育てサークルってなあに？」
- ◆子育て支援の会
- ◆子育て講座報告
- ◆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
  - ・お休みのお知らせ
  - ・外壁改修工事のお知らせ

① おすわりやす いすどっせ  
 あんまりのったら こけまっせ

お子さんを膝に乗せ、拍に合わせて、軽く膝を上下させたり、横に揺らしたりします。



② どすん!

足を開いてお子さんを床に下ろしたり、「こてっ」と横に傾けたりします。



【参考】いっしょにあそぼう わらべうた 明治図書

# らーごむ

～“ちょうどいい”ってステキ!～

「子育てサークルってなあに？」

**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。

新しい年を迎えました。寒さが厳しく、どこに出かけようか迷ってしまいますね。そんなときはぜひ暖かい総合子育て支援センターに遊びに来てください♪

総合子育て支援センターでは、友だちを作りたい、悩みを聞いてほしい、おしゃべりを楽しみたい、そんなママたちが集まって“子育てサークル”を作っています。現在活動しているサークルを見学してメンバーに入ることや、新しくみなさんで立ち上げることができます。 ※対象は未就園児とその保護者です。

## サークルって何をするの？



季節の製作

支援センターの貸し出し物を使った遊び

ママ同士の交流

総合子育て支援センターの「たんぽぽルーム」を貸し切って活動できます。ママ同士のおしゃべり、情報交換、季節のイベントなど、ママたちが主体となって計画し、楽しんでいます。

## サークルに入るメリット

♡仲間ができる! ♡お子さんの刺激になる! ♡リフレッシュになる! ♡情報交換ができる!

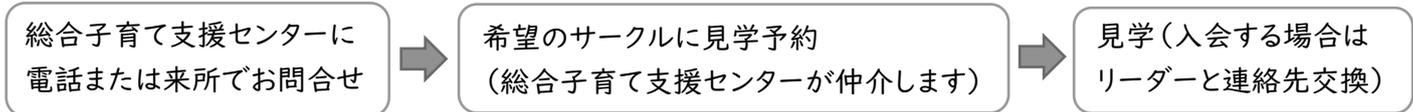
同じ年齢の子をもつママ、同じ地域に住むママなど、共通点のあるママと知り合いになることができます。また、総合子育て支援センターから、大型絵本や紙芝居、トンネルや玉入れなどの貸し出しが可能です。そういったものを活用して、おうちではなかなかできない遊びを経験させてあげることができます。



## どんなサークルがあるの？

岡崎市に転入してきたママたちによる「ようこそママ」、双子・三つ子ママたちの「ツインエンジェル」、竜美丘学区市民ホームで活動している「ポプラめばえの会」、地区子育て支援センター竜谷保育園で活動している「なかよし会」、ほかにも、同じ年齢のお子さんたちで集まっているサークルなどがあります。

## サークルの見学、入会の流れ



サークルに入りたい、作ってみたい、聞きたいことがあるなどの場合は、お気軽にご相談ください。「同じくらいの月齢の子がいるサークルを知りたい」など、ご要望に応じて紹介します。



まずはお気軽にお問い合わせください♪  
☎0564-26-0706

◆出張相談のおしらせ◆

7日(火) なごみん    15日(水) 悠紀の里    16日(木) むらさきかん  
22日(水) よりなん    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。 ☎26-0706





☆1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

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)	プチどんぐり	竜美丘学区市民ホーム
9日(木)	カンナの会	本宿学区市民ホーム	22日(水)	ぼっぼの会	岡崎学区市民ホーム
10日(金)	矢南ペンギンクラブ	大和町公民館	23日(木)	ちびっこの会	城南学区市民ホーム
15日(水)	なのはな	六ツ美西部学区市民ホーム	23日(木)	はねっこ広場	羽根学区市民ホーム

子育て講座報告 『ポッキー先生と遊ぼう』

11月19日(火)に、にじいろキッズの相川優一氏をお招きして子育て講座「ポッキー先生と遊ぼう」を行いました。マットや鉄棒などの器具を使った運動遊びや、親子でできる体を使ったふれあい遊びを楽しみました。運動遊びでは、楽しみながらいろいろな動きに挑戦していくお子さんの姿にママたちも驚いていました。遊び方だけでなく、「バランス感覚を養う」「足の力を鍛える」など、遊びの目的やポイントをわかりやすく教えていただきました。ふれあい遊びはおうちでもできるものばかりで、帰ってからも楽しみたいという声が多く聞こえました。

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。

『だっこだっこぷーちゃん』

たるいし まこ/作 リーブル



ねずみさんが「ねむくなっちゃった だっこして」。ぷーちゃんは「いいよ」と抱っこしてあげます。ねこさんも、いぬさんも、みんな抱っこしてあげました。そしたらぷーちゃんも疲れて眠くなりました。

『ごろんご ゆきだるま』

たむら しげる/さく 福音館書店



「ふわふわふわわり」と雪が降ってきた。雪は大玉になって「ごろごろごろん」ところがってきた。もう一つ「どすんどこんどたん」ところがってきて、ふたつくっついて雪だるまになった。遊びたくなった雪だるまは…？

『まんまるねんね』

黒井 健/さく ほるぷ出版



こちゃんはまだまだねたかないみたい。にゃんこもわんこも、くまのこも、ふぁーとねんね。夜の空にうかぶまんまるのお月さまと一緒にやすみなさい。「まんまるねんね」のことが心地よく響きます。

『ケーキ』

小西 英子/さく 福音館書店



ケーキをつくります。たまごと、お砂糖をしゃかしゃかまぜて…。ケーキの生地がまざったら、型に入れてオーブンで焼いて…。できあがったケーキはとってもおいしそう！子どもと一緒に作ってみませんか？

# 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。受付前には入室できません。)

1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 14日・21日・28日	毎週水曜日 15日・22日・29日	毎週木曜日 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20分受付開始。受付前には入室できません。)



## 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
わらべうた	1月28日(火) 第1部(独歩可)10時~10時45分 第2部(未歩行)11時~11時45分	総合子育て支援センター	楫野 加津子氏	乳幼児親子各15組(抽選)	12月10日(火)から1月10日(金)まで
わくわくママになれる ハッピー思考の作り方	2月18日(火) 第1部10時~10時45分 第2部11時~11時45分	総合子育て支援センター	安達 友隆氏	乳幼児親子各20組(抽選)	1月6日(月)から1月31日(金)まで
歯の健康・ふれあい遊び	3月4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 歯科衛生士	乳幼児親子20組(抽選)	1月14日(火)から2月14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。



## お休みのお知らせ

《プレイルーム・よちよちルーム》

28日(火) 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ことがあります。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。

**年末年始のお休みは 12月29日(日)~1月13日(月)です。**

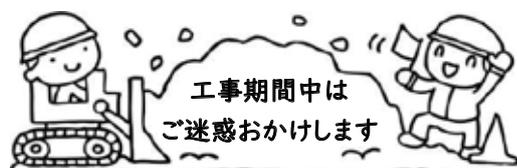
※工事の関係で例年よりお休みが長くなっています。



## 外壁改修工事のお知らせ

総合子育て支援センター・城北保育園の外壁改修工事を行っています。

- ・大きな音がしたり、業者や工事車両が入りしったりします。お子さんから目を離さないようお願いします。
- ・利用できる駐車場に限りがあります。(枠外駐車は禁止です)
- ・テラスは利用できません。



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 ☎26-0706  
受付時間:8時30分から17時15分まで