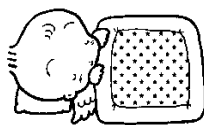


子育て支援情報紙

えんぜる

第268号

令和2年 9月 1日
足寄町教育委員会
Tel 0156-25-3188



足寄町教育委員会ホームページ www.town.ashoro.hokkaido.jp/ki/

9月

子育て支援カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
足寄動物化石博物館 → 詳細は Tel.25-9100 まで		1 えんぜる編集会議 11:00~ 町民センター	2 おはなしたんぽほ 11:00~11:30 対象：3歳未満	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15 乳幼児相談 (フリー) 13:00~14:30	16 ひよこクラブ	17 「すくすく」 10:10~11:50 町民センター	18	19
20	21 敬老の日	22 秋分の日	23	24	25	26 絵本の会はらっぱ 11:00~11:30 対象：小学生以下
27	28	29 リサイクルの日 10:00~11:30 町民センター	30	つどいの広場 → 子どもセンターで、 毎週：月・火・木・金 9:30~11:50 事前予約不要、詳細は Tel.25-4415 まで ひよこクラブ → 詳細は Tel.25-4415 まで		

紙 面

・ ・ ・
 四面 ・ ・ ・ 保護者の目線で情報「みんな笑顔になあれ」
 ・ ・ ・ 子育での悩みに答えましょう
 ・ ・ ・ お勧めの本「つまれてきてくれてありがとう」
 ・ ・ ・ 『Dear Zoo』
 ・ ・ ・ 編集後記

☆ 子育て支援・学習と交流の会「すくすく」のご案内

今年度の「すくすく」はコロナウイルス感染症対策の実施に伴い、前半を中止にしておりましたが、9月に開講式を行い、年6回実施することにしました。そこで、実施内容は「学習の時間」が多くなると思いますが、それぞれの子育ての悩みを解決しながら、心身のリフレッシュする会としていきたいと思っております。多くの参加をお待ちしております。

担当の教育委員会生涯学習室 加藤又は青木まで、ご連絡ください。

TEL 0156-25-3188 FAX 0156-25-5909

『みんな笑顔になぁ～れ😊』

最近、ゆっくりと自分の時間を持てていますか？コロナによる自粛で疲れがでていませんか？家事や育児や仕事、何かと忙しいお母さんの心のサブリになる「おかあさんのがっこう」を紹介し、そこで、「おかあさんのがっこう」の校長先生の道見里美さんとがっこうの職員である足寄町在住の三宅仁美さんにお話を伺いました。

道見さんは昨年、足寄町子育て支援学習と交流会『すくすく』で講演していただいた方です。

☆「おかあさんのがっこう」はどんなところですか？

お母さんになると、ゆっくり自分の時間が持てないことが多くなります。今までは、自分のことだけを考えていけばよかったところから、自分のことは後回しにすることが毎日増えて、それが続いていくと心に余裕がなくなります。そこで「おかあさんのがっこう」では、ママたちにゆっくりしてもらい、誰かに入れてもらったコーヒーやお茶を飲み、心にたまっている悩みや事柄を誰かに聞いてもらいながら、自分の癒しの時間をすごしてもらおうお母さんのためのがっこうです。子育てって、子どもとふたりの時間が多いとどうしても視野が狭くなることがありますから、子ども連れでここに来て世界観を広げてほしいと思います。子ども連れや子どもから手が離れた一人一人のママたちと交流し、心の広がりや癒しをつくる場所です。そして、楽しんでもらう場所なのです。

☆「おかあさんのがっこう」は、どこで受講できますか？

開催会場は、帯広市にある「つがやす歯科医院」と、「けいせい苑多機能ホームいなほ」さんです。しかし、どちらも現在はコロナのため開催見合わせ、zoom となっています。詳しいことは、フェイスブック <https://www.facebook.com/おかあさんのがっこう-262421524405489/>

(おかあさんのがっこうページ)にて掲載しています。

※LINE 公式アカウントのほうにもあります➡



LINEQR コード

☆三宅さんにお聞きします。現在、どのような活動をされていますか？

足寄町社会福祉協議会のサロン活動で「ママのためお話会」(月1回) そのほかに不定期でママの生活を豊かにする講座～学びの場～を開催しています。

「おかあさんのがっこう」足寄校の開校準備も進めています。

◇ママのためのお話会のお問い合わせは、三宅仁美さんまで(090-6215-5447)

フェイスブック(ママのためのお話会のページ)にも掲載しています。

<https://www.facebook.com/ママのためのお話会 in 足寄-533696527026370/>

♡道見さんと三宅さんお二人とお話することができてとても勉強になりました。同時に元気をもらえました。「おかあさんのがっこう」足寄校が開校されるのを楽しみにしています♡

☆子育ての悩みに答えましよう☆

Q:おしっこは、ほとんど失敗なくできるよ
うになりましたが、排便の方が、まだトイ
シでできません。来春四月より通所に向け
て、トイレでできたかと思っています。
(三歳八ヶ月 男児)

A:過去の資料から

四歳になっても、排便がきちんとできないお子
さんは、よく聞く話です。でも、お母さんとして
は早く卒業して欲しいですね。排便は、普段、
出すタイミングの条件が大きく影響しています。
例えば、座りやすい便座だとか、雰囲気によって
出来たり出来なかったりします。ある子どもは、
保育園にトレーニングパンツを背負って通っていま
したが、一度も保育園ではもらいませんでした。
しかし、家に帰ってくると、途端にパンツにもら
していました。その子のお母さんは、子どもと誕
生日までできるようにしようと約束しました。
親も本当に出来るとは思っていませんでしたが、
誕生日のその日から、トイレでできるようになり
ました。少し気長に待つ姿勢も大事ですね。
A:お母さん方にも聞いてみましょう。
トイレの排泄は、男の子の方が問題になりやす
いのではないのでしょうか。あまり神経質になりす
ぎないように見守ってあげましょう。

休憩室

クリームチーズ、生クリーム不使用でも美味しい!!

『プルンタイプのチーズケーキ』

【材 料】 カップ4つ分

- ・スライスチーズ・・・5枚
(とろけないタイプ)
- ・牛 乳・・・100ml
- ・バニラアイス・200ml
- ・粉ゼラチン・・・5g
- ・ 水・・・大さじ2
- ・砂 糖・・・大さじ1
- ・レモン汁・・・大さじ2

【作り方】

- ① アイスは溶かしておく。粉ゼラチンは水大さじ2に振り入れてふや
かしておく
- ② 耐熱ボウルに、ちぎったチーズ、牛乳を入れラップをかけずに電子
レンジ(600w)で2分、泡立て器でよく混ぜ溶かす
- ③ ふやかしておいた粉ゼラチンを電子レンジで20秒チンして完全
に溶かし②にゴムベラできっちり入れて混ぜる。砂糖、アイス、レ
モン汁の順に加え、型に流して冷蔵庫で2時間以上冷やし固める

*上にココアパウダーをかけても!!

英語で子育て

「私の見つけたお勧めの本」で紹介している『Dear Zoo』より、
いろいろな形容詞を集めてみました。

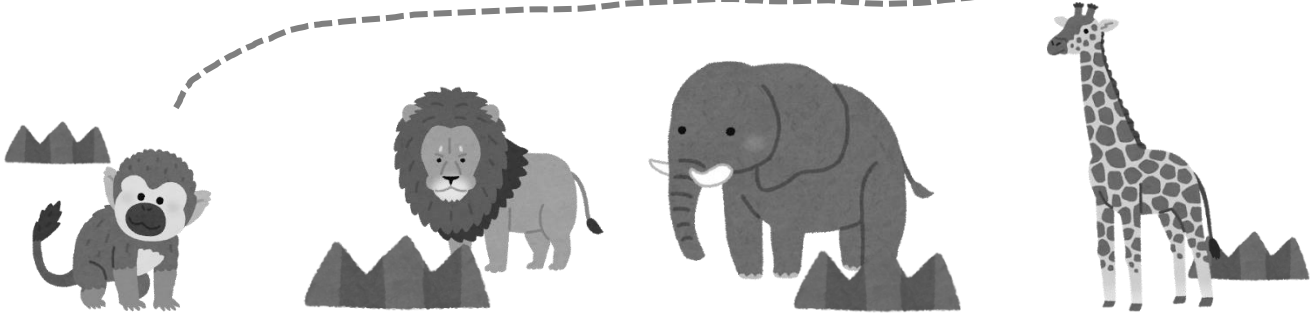
どの動物にピッタリかな? 線でつなげてみてね。

ビッグ
Big
(大きな)

トール
Tall
(背の高い)

フィアス
Fierce
(どうもうな)

ノーティー
Naughty
(いたずら好きな)



私の見つけたお勧めの『本』

『うまれてきてくれて ありがとう』

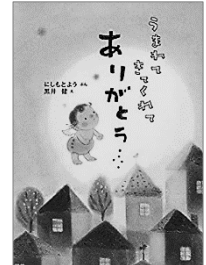
文：にしもとよう 絵：黒井 健 発行所：童心社

「ぼく ママを さがしているの。かみさまがね『うまれていいよ』って。ぼくのママ しらない？」
とてもやさしい、やわらかい絵の絵本です。

自粛生活、皆様はどのように過ごされましたか？子どもとずっと一緒にいる
って、私は大変でした。毎日が、わーっと過ぎて、気づけば家の中はゴミ屋敷
のよう。そんな、せわしない毎日、沢山怒っちゃったな～って日も、寝静まっ
た夜、子どもの寝顔を見たらホッとするんですね。

ごめんね…と反省して、1日をリセットして、明日からまた頑張る。私の大
事な時間です。

「うまれてきてくれて ありがとう」これは私の毎日のメの言葉。



ディアズー 『Dear Zoo』

作：Rod Campbell 出版社：Macmillan Children's Books

最近、ルイカに入ってきた英語のしかけ絵本です。ですが、絵本としては定番のようで、日本でも
「どうぶつえんのおじさんへ」（1962年：大日本絵画）や、「おとどけものです。」（2019年：あす
なる書房）という邦題で出版されているようです。

—ペットが欲しくて動物園に手紙を書くと、大きくて重たい木箱が届き
ます。木箱の部分が“しかけ”になっていて、開いてみると中から動物が…

さてさて、手紙の送り主の子どものペットになりそうな動物は届くかな？

見開きに一種類ずつ動物が登場します。動物が好きなお子さんでしたら、
しかけだけ見ても楽しめる絵本です。

編集後記

えんぜるの原稿は二ヶ月前に執筆していま
す。今までは二ヶ月先の季節やイベントを予
想して「例年なら・・・」とか「毎年恒例の・・・」
と原稿を考えていましたが、新型コロナウイルスの感
染予防でたくさんイベントが相次いで中止
になり、感染の状況によっては二ヶ月先どこ
ろか明日の生活すら急変するかも知れない不
安の中で過ごしています。

今月は「お母さんの学校」のお話でしたが、
学校や保育所に行けない子ども達ばかりでな
く、親の私たちも「お昼ごはん作らなきゃ」「ず
うっと子どもと一緒に過ごしてイライラして
しまう」「仕事が（家事も含め）思うように進
まない」など沢山のストレスを抱えたのでは
ないでしょうか？ 前述の例は実際に私の心
の叫びです（笑） 学校や保育所が始まって本
当に有難さを実感しています。コロナが無く
なった訳ではないけれど、新しい生活様式を
取り入れながら、ストレスも適度に発散させ
て、一日も早く心から笑顔になれる日が来る
ように祈っている七月の私です。

（編集委員 Y・M）