

子育て支援情報紙



第320号

えんぜる



令和 7年 1月 1日
足寄町教育委員会
TEL 0156-25-3188
■バックナンバーはこちら

1月 | 子育て支援カレンダー

紙面

日	月	火	水	木	金	土
		つどいの広場 ⇒ 子どもセンターで、毎週：月・火・木・金の9:30～11:30 事前予約不要、詳細は子どもセンター【TEL0156-25-4415】まで 児童館⇒ 月～金 10:00～11:50 開放:詳細→【TEL0156-25-7575】				
	ひよこクラブ⇒詳細はつどいの広場と児童館のポスター参照！					
	☆ むすびれっじ「子どもの広場」土日祝開放					
			1 元日	2	3	4
5	6 	7  えんぜる編集会議 11:00～	8	9  こども園開放 10:30～11:30 対象：未就園児	10  書初め大会 町民センター 多目的ホール	11
12 はたちのつどい	13 成人の日	14 	15	16 	17 	18
19	20 	21 	22  ひよこクラブ 節 分	23  すくすく 10:10～11:50 乳幼児相談（フリー） 13:00～14:30	24 	25 絵本の会はらっぱ 11:00～11:30 対象者：どなたでも
26	27 	28  リサイクルの日 10:00～11:15 町民センター	29	30 	31 	

二面三面四面お勧めの本・現役助産師より・編集後記
保護者の目線での情報『新年のご挨拶』
子育て工夫セイ・休憩室・ひよこクラブだより

☆ 子育て支援・学習と交流の会「すくすく」のご案内

第9回 1月23日(木)の「すくすく」は、『軽運動講座～からだバー』を町民センターの多目的ホールを会場に行います。

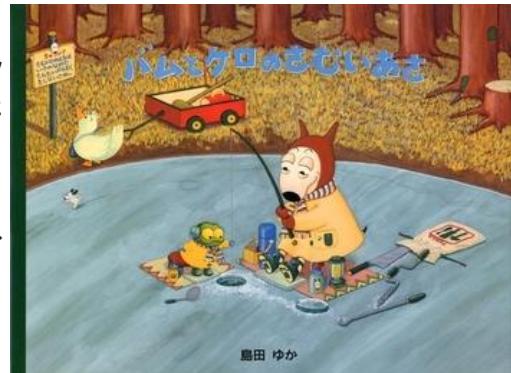
講師は、フィットネスインストラクターの横山若菜さんです。運動靴やタオル、飲み物は必需品です。会員以外で参加を希望される方は、足寄町教育委員会生涯学習担当まで、お電話でお申し込みください。【TEL: 0156-25-3188】

※当日は、託児も行います。

『バムとケロのさむいあさ』 作／島田ゆか 出版社／文溪堂

大人気シリーズのバムとケロ。今回お勧めするのはとっても寒い日の朝のお話です。バムとケロの2匹が外に出てみるとあひるのかいちゃんが池と一緒に凍っているじゃないですか！お風呂で温めて助け出した後、何とか仲良くなろうとするケロちゃん。おもちゃをたくさん出してきたり、トイレットペーパーでミイラごっこをしたり…。このページはもう最高に笑えます。わが家の子どもたちが小さい時、一度だけグルグル巻きにしてあげたら、トイレットペーパーを持って来ては何度もリクエストするもんだから、母は必死で阻止していたのを思い出しました。(笑)もちろんおならの場面も大好きでしたよ！最後のかいちゃんのオチもまたツッコミどころ満載です！！

この本は細かい部分をよく見ると、他のシリーズに出てきたキャラが面白いことをしていたり、実は設定が繋がっていたりして、新しい発見が次々と見つかります。1度目はテンポよく、2度目以降はじっくりと、何度も読みたくなりますよ。ぜひ寒い日には温かい部屋で楽しんで下さいね♪



—えんぜる編集委員の「現役助産師」が執筆!! 第2弾—

QUESTION & ANSWER



Q: 羊水がキレイだと、赤ちゃんの髪の毛の量は多いのですか？

A: 髪の毛の量は遺伝が影響していますが、子宮内のホルモンバランスが髪の毛の発育に影響を与えることがあります。

現役助産師が 答えます

出産の

Q&A



QUESTION & ANSWER



Q: 逆子の割合ってどれくらいですか？

A: 生まれるまで逆子だった赤ちゃんは7%くらいです。ちなみに、イルカは100%逆子で生まれるんですよ。



子どもに愛って何？と聞かれた
ら、どう答えたらいいですか？



いい質問ですね！
では、次号で「愛の特集」をしますね♪



(編集委員 E・S)

皆さん、どうぞ自身の「きげん」をとっていますか？
日々の生活は忙しいですね。いつも時間がない！
と、つい言ってしまいがち。
そんな毎日の中での癒やは大切です。美味しいものを食べたり、好きな音楽や映画を楽しんだり、身体を動かしたり、お気に入りの入浴剤で温まったり、動物と触れ合ったり、買い物をしたり、他にも色々と考えられますね。
自分にぴったりの癒やしを見つけて、上手に「自身のきげん」をとりましょう。

そして、足寄の厳しい冬を元気に過ごしましょう。
ちなみに私の癒やは、パチワーカ・晩酌・カラオケです。オススメですよ！

皆さん、どうぞ自身の「きげん」をとっていますか？
日々の生活は忙しいですね。いつも時間がない！
と、つい言てしまいがち。
そんな毎日の中での癒やは大切です。美味しいものを食べたり、好きな音楽や映画を楽しんだり、身体を動かしたり、お気に入りの入浴剤で温まったり、動物と触れ合ったり、買い物をしたり、他にも色々と考えられますね。
自分にぴったりの癒やしを見つけて、上手に「自身のきげん」をとりましょう。

編集後記



新年のご挨拶を申し上げます



足寄町教育委員会

教育長 東海林弘哉

『年頭に当たつてのじ挨拶』

令和七年の新春にあたり、謹んで年頭のじ挨拶を申し上げます。町民の皆様には、穏やかな新春をお迎えのことと心からお慶び申上げます。

日頃より、足寄町教育委員会の各種事業の推進にあたり、格別のじ理解じ協力をいたしておりますことに、心より感謝とお礼を申し上げます。

さて、昨年は元日から能登半島地震が発生し、その翌日には日航機と海上保安庁航空機の衝突事故が起き、誰しもが心を痛めるような年の初めとなってしまいました。また、気候変動に起因する異常気象や、国際的な紛争の拡大など、心配なコースの多い一年でもあつたように感じています。

令和七年こそ世界中の人々が『命の尊さ』を強く意識し、何より『平和な世界の実現』をみんなが目指す一年となることを願うばかりです。

このような社会情勢ですが、教育委員会では今年も「安全・安心」で健やかな子育てのバックアップができるよう、様々な事業を進めています。子育て中のお母さんの方のボランティアスタッフに支えていただきながら、子育ての不安を少しでも解消してもらえるように、努力を重ねていく所存です。

今年も諸事業を工夫し、改善してまいりたいと考えておりますので、今後とも皆様方のご支援・ご協力をお願い申し上げ、年頭のご挨拶いたします。

足寄町認定じどり園ひよぐり

園長 富澤亞希子

『新年のじ挨拶』

新年、明けましておめでとうございます。

日頃よりの認定じどり園ひよぐりの運営にて、じ理解じ協力をいただいておりますじとに、心より感謝申し上げます。

じどり園では、子どもたちと保育士が、日々の生活を積み重ねる中で、楽しく遊びながら生

活習慣や社会性が身につくように週じつしていきます。また、昨年より小学校とのスクーリング接続を願い、年長児童の学校訪問を行うとともに、学童保育所見学や引継ぎを行い、子どもの育ちを連続して見守る体制を考え実施しています。

乳幼児期に安全で安心できる環境の中で子どもが主体的に活動し、認められる体験をすることは自己肯定感を育み、生きる力となつて強い土台を作ってくれます。恒例行事の運動会・発表会はもちろらん、煙火くじや収穫祭、へき地保育所や学校・学童との交流、そして地域の方々とのかかわりなどを通し、様々な経験をして心の栄養を蓄えてほしいと思います。人とのかかわりは、子どもの脳の発達には欠かせない大切な营养です。家族はもちろらん、じどり園職員やたくさんの大人が大切に想つてこなることを、ぜひ子どもたちに感じてほしいと願っています。

本年も子どもたちが毎日笑顔で登園し、保護者をはじめ地域の皆様に元気と笑顔を届けられるよう、じ支援・じ協力をお願い申し上げ、年頭のご挨拶といったします。

「えんぜる」編集局 代表 安原紗奈恵

『新年のじ挨拶』

新年あけましておめでとうございます。

いつも子育て支援情報紙「えんぜる」を読んでいただき、ありがとうございます。

昨年、うれしいニュースに、「十勝管内教育

実践・活動表彰」において、足寄町教育委員会とお母さんボランティアの方々で協働している子育て支援・学習じ交流の会「あくあく」、子育て支援「リサイクルの日」、子育て支援情報紙「えんぜる」の活動が高く評価され表彰されました。活動してきて励みになる受賞にとてもうれしく思っています。これからも子育てのお父さんお母さん方にとつて心強い支えになれるように、子育てに役立つ活動をしていきたいと思います。

えんぜる編集委員は、一名新しく入つていただき七名になりました。楽しいアイディアをたくさん持ち寄って、話し合いも元気よくやつてこます。私たちと一緒にえんぜる編集委員をやってみたいと思っていただける方がいらっしゃいましたら、編集委員または生涯学習室までお知らせください。

みなさんにとって笑顔あふれる一年になりますよう願っています。

編集委員一回、本年もよろしくお願いいたしました。

☆子育てエッセイ☆

「赤ちゃんがいるだけで」

ひよこクラブと虹色ばれっと、そしてひだまりカフェの三者コラボ企画として、令和6年11月に初めて大人数での多世代交流が開催され、参加してきました。まちのリビングひだまりカフェの来場者の方々に、小さな子どもたちがお菓子を配つたり手を握つたりと、ふれあいの時間は心温まるものでした。その中で最年少は3ヶ月の赤ちゃん。赤ちゃんのまわりは何ともやさしい空間で、みんな自然と笑顔になっちゃう！我が家の中の息子たちも大きくなつたので、久しぶりに赤ちゃんを抱かせてもらうと、ほんとうにありがたい気持ちになりました。私が産んだ赤ちゃんたちも、まわりにこんなに影響したんだろうか？当時は必死で、まわりの反応の記憶もそんないけれど…。そして、私自身も赤ちゃんの時、そんな存在だったのだろうか？と思ひを巡らせました。赤ちゃんがいるだけで、やさしい気持ちになります。今まさに、乳幼児期の子育てをがんばっているお母さんたちに伝えたい！かかるし毎日大変だと思いますが、イノチ手はちをがんばってやんや子どもがいるだけで癒されます！手はちがいることで、虹色ばれっとさん・ひだまりカフェさんとのコラボ企画、教会でのクリスマス音楽会と、盛りだくさんの内容を実施することができました。どのイベントも地域の皆様のご協力によって成り立っています。この場をお借りして感謝申し上げます。

休憩室

『春の七草おいなはん』

【材料】

・七草セット	1パック
・味付けいなり揚げ	16枚
・ごはん	3合
・すし酢	3合分
・白ごま	適量

【作り方】

- ① 七草は軽く洗う。すずな、すずしろは葉と根を切り分ける。皮はむかなくて良い。
- ② 根の部分は一分ぐらい、葉類は全てさっと茹でる。
- ③ ザルに取り、細かく刻んで水気を切る。
- ④ ごはんにすし酢を混ぜて、③と白ごまを加えて混ぜる。
- ⑤ いなり揚げに詰めて、七草が見える様に盛り付けて完成！

☆お好みで金糸たまごや桜でんぶを乗せると、子どもも喜んで食べますよ。



あけましておめでとうございます。

旧年中は、ひよこクラブにご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。活動後半は、おはなしたんぽぽさんによる絵本の読み聞かせや、虹色ばれっとさん・ひだまりカフェさんとのコラボ企画、教会でのクリスマス音楽会と、盛りだくさんの内容を実施することができました。どのイベントも地域の皆様のご協力によって成り立っています。この場をお借りして感謝申し上げます。

さて、本年も参加してくださるみなさんに楽しんでもらえるよう、役員一丸となって頑張っていきたいと思います。たくさんのご参加をお待ちしております！

1月～節分 2月～バレンタイン・いちご狩り 3月～お別れ会・リサイクル
です。よろしくお願ひします。