



### おすそわけ講座 (H30年12月27日開催)

## 『ピアノの音色を感じよう』 ～ミニミニコンサート～

なかよしハウス開設初日に出会った妃菜ちゃんは当時8か月の赤ちゃん。今、素敵なお姉さん(中学1年)になって、「支援センターの子どもたちにピアノの音色を聴かせてあげたい!」と自ら来てくれて、こども園ホールにて、おすそわけのコンサートが開催できました!(心も体も成長されて二重の喜びです)



「子ども達も、お母さんも  
生のピアノの音色にうっとり」

ピアノを弾かせてもらってとても楽しかったです。これからの経験を積み、ピアノの音色を極めたいです。

心のもった素敵な演奏で、日々の育児の疲れも優しいピアノの音色で癒されました。

### ずっと子育て応援!

子どもの入園や転居などで、なかよしハウスを卒業しても、子育て支援センターの私たちは、みなさんの子どもたちの成長をずっと見守り、子育てを応援し続けています! 月日がたっても、嬉しいこと、楽しいこと、悲しいことも、一緒に感じることが出来たら幸せです。気軽に遊びに来てくださいね。



「お母さんの森本幸子さん(左)と妃菜さん、彩葉さん(小5)。3女の奏音ちゃんはこども園に登園でした」



「おかあさんにもインタビュー。  
“先輩ママからのお話も聞けました”

### 参加された方の感想

10か月の娘がピアノの音色に合わせて体を動かしていたので、娘にとっても良い経験になったと思います。

ひなちゃんのこれまでと、息子のこれからの成長を重ね合わせながら聴きました。おかあさんの言葉で「子どもは育ちますね」と言われて、今は大変でも一歩一歩毎日を一生懸命過ごしていれば育っていくんだと、少しホッとしました。

### 禅ぱん

## パパの育児コラム「くうねるあそぶ」vol.3

## ～睡眠の話～

みなさんお昼寝って毎日とっていますか? 乳児期にはしっかり取っていても、幼児期には「まっか」ってなったりしますよね。でも、お昼寝を取る生活リズムは重要で大きくなってからも影響するように感じます。

わが家は小学校に入るまでは毎日欠かさずお昼寝をしていました。「小学生になるとお昼寝しなくていい」って特別感を与えつつ! 午後からぐずぐずにならずに済むので、体力的にも精神的にも健やかに過ごす事が出来ました。

でも、「毎日欠かさず」となると大変ですよ。1日の真ん中がお昼寝時間ですから尚更です。外出を午前中に終わらせたり、昼寝時間に移動するなど時間的な工夫は必要になってきます。



【オリデタカユキ】 禅ぱん店主。3児の父。サラリーマン時代に会社で初の育休を取るなど自他ともに認める育メン。趣味は、自転車とキャンプと山登り。

お昼寝と同じくらい大切なのが就寝時間です。わが家では8時就寝が絶対でした。小学5年生の長女でも8時半には就寝します。早寝早起きは3文の得といったもので、早く寝ると自然と早起きになり、朝にゆとりがあるので準備に焦ることもありません。

早寝のために、夕食後は電気を小さくしたり、テレビをつけなかったり工夫をしています。寝つきが悪いってお子さんにはこんな工夫だけでも取り入れてみてください。

生活リズムを作ってあげることが、親ができる最高のプレゼントだと思いますよ!

### おすそわけのリレー

## ☆ダンボールで手づくり絵本☆

自分の好きな事や得意な事を  
“ちょっとおすそわけ”する  
コーナーです



書店で「数字のえほん」を見かけて、「これなら作れそう」と思い、家にあったダンボールを使って作製しました。

数字のえほんだと文章も特にいらす目でも楽しんで覚えられますので、とってもよかったです。

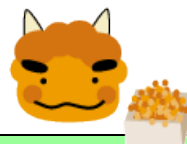


- ① 折り紙やマスキングテープでえほんの土台を作り
- ② そこに折り紙で作ったものやキャラクターなどの切り抜きを貼って1から10までを作りました。
- ③ 端に2か所穴をあけ、リボンを通して綴って出来上がり!

その他、キッチン台や手押し車などもダンボールを使って作製しました。ダンボールだと壊れたり、いらなくなったら捨てられるのでとても便利です。ぜひ作ってみてください。



徳永 実歩さん  
ゆあ 結葵ちゃん  
(1歳5か月)  
きい 樹依ちゃん  
(3歳)



月	火	水	木	金	土	日
<b>【オープンスペース】と【赤ちゃんオープンスペース】</b> ○午前：9時半～11時半 お弁当タイム：11時半～12時半 午後：13時半～15時半 ○参加費 100円○申し込み不要		<b>【出前広場】</b> 公園であそぼう ○10時～11時半 ○申込不要 <b>【なかよし広場】</b> ○4月と10月に申し込みの半年間のグループ活動		1 オープンスペース	2 <b>作品展</b> ・なぎさ若竹こども園 (9～12時半) ・横浜若竹こども園 (9時～13時) ☆地域皆様もぜひお越しください	3 節分 
立春 4 オープンスペース【身体計測できます】 ・園庭開放 (坂みみょう保育園)	5 午前：なかよし広場 (1歳児グループ) 午後：赤ちゃんが来た！プログラム 母親学級 (保健センター)	6 赤ちゃんオープンスペース【身体計測できます】 ・園庭開放 (なぎさ若竹こども園) ・3歳児健診 (保健センター)	7 なかよし広場 (2歳児グループ) ・園庭開放 (横浜若竹こども園)	農の事始め8 オープンスペース ・園庭開放 (坂みみょう保育園)	うぐいす鳴く9 	10 
11 建国記念の日 	12 午前：出前広場「浜田公園」 午後：プレママ交流会 母親学級 (保健センター)	13 はじめての赤ちゃんオープンスペース ・園庭開放 (なぎさ若竹こども園) ・さかっこ広場【歯科健診】(保健センター)	聖バレンタインデー14 なかよし広場 (2歳児グループ) ・園庭開放 (横浜若竹こども園) ・おはなし会「にこにこグループ」(町立図書館)	15 オープンスペース 園庭開放 (坂みみょう保育園)	16 	17 
18 オープンスペース【午前：お誕生会もあります】 ・園庭開放 (坂みみょう保育園) ・母親学級 (保健センター)	雨水 19 なかよし広場 (1歳児グループ) ・子育てオープンスペース「あみーご☆きつず」(町民センター) ・おりがみ体験コーナー「雛ロンド」(町立図書館)	満月 20 赤ちゃんオープンスペース【午前：お誕生会もあります】 ・園庭開放 (なぎさ若竹こども園) ・1歳6か月児健診 (保健センター)	21 なかよし広場 (2歳児グループ) ・園庭開放 (横浜若竹こども園) ・おはなし会「くれよんグループ」(町立図書館)	22 オープンスペース ・園庭開放 (坂みみょう保育園) ・英語を楽もう (パオちゃんルーム)	23 	24 
25 オープンスペース ・園庭開放 (坂みみょう保育園) ・母親学級 (保健センター)	26 出前広場「中央公園 (坂地区)」	27 赤ちゃんオープンスペース 2歳児歯科健診 (保健センター)	28 育児講座「木のおもちゃをつくろう」 ・「にこにこグループ」(町立図書館)	上段：子育て支援センター 下段：町内の子育てにかかわる予定  ...お休み		

## 出前広場

### 「公園であそぼう～子どもは風の子」

- ☆2月12日(火)10:00～11:00  
浜田公園(坂東2丁目岡野酒店さん横道入る)
- ☆2月26日(火)10:00～11:00  
中央公園(坂地区)  
サンスターホール前に10時に集まって歩いても行けます
- ☆対象 乳幼児(0～3歳)を子育て中の家族
- ☆申込 不要
- 戸外でもしっかり遊びたいですね。  
伝い歩きの赤ちゃんも、一緒に遊びましょう。

## 育児講座

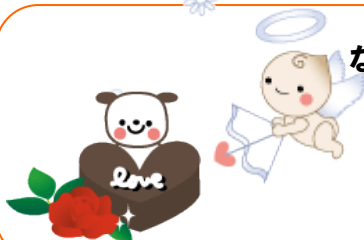
### 「木のおもちゃをつくろう」

～木の良さを感じながら手づくりしましょう～

- ☆とき 2月27日(木)10:00～11:30
- ☆ところ 子育て支援センターなかよしハウス
- ☆対象 0歳～未就園児を子育て中の家族
- ☆託児 同じ部屋でボランティアさんの見守りがあります
- ☆申込 なかよしハウスへ直接又はお電話で
- ☆参加費 材料代(500円程度)



ヤスリをかけた後、色を塗ったりの簡単な作業です。  
何が出来るかはお楽しみ！



### なぎさ若竹こども園 子育て支援センターなかよしハウス

安芸郡坂町平成ヶ浜2丁目2-95  
TEL820-1770 FAX 820-1772  
(月～金曜日 8時～17時)

E-mail:nakayoshihouse - nw@dune.ocn.ne.jp

1月は“いぬる”(広島弁で、“行く”のこと)  
2月は“逃げる” 3月は“去る”と言われるように、年を明けてからは“時”は駆け足に。インフルエンザなど“病気に負けない気持ちと整った生活”で春まで楽しく走りたいですね！  
【前月号で「今年の抱負」を伝えてくださった<sup>はふり</sup>祝さんのお名前は「祝智樹さん」です。ここに訂正しお詫び申し上げます。】