

# 子育て・子育て・親育ち みんなで子どもを育てよう

町では、すべての子どもたちが健やかに安心して育つことができるよう、地域や団体の協力を通して、さまざまな事業の取り組みを進めています。今回は子どもたちの成長に大きくかかわっている団体やサークルなどを特集として紹介します。



## 子育て仲間をつくらう 🌸 親子ぶれすて

近年、少子化や核家族化がすすみ、地域で一緒に遊ぶ子どもが少なかったり、子育ての悩みを相談できる相手が身近にいなかったりなど、子育てを取り巻く状況は大きく変化しています。

町では、親子が集まり、子ども同士が遊びを通してふれあうと同時に、親が子育てについて話しあい、悩みを相談することができる場所として、「親子ぶれすて」を開催しています。

「親子ぶれすて」には、子育ての先輩として子育てサポーターが不安を持つ親の相談相手になったり、きめ細かなアドバイスをしたりしています。また、季節の工作やおはなし会など、親子が一緒に楽しむ行事もあります。お申し込みは必要ありませんので、お気軽にお越しください。

子どもが2人いると、家では下の子の世話に追われ、上の子どもとゆっくり遊ぶことができません。ここでは、下の子どもをスタッフさんにおまかせして上の子どもと遊ぶことができ、助かっています。



親子ぶれすては、子どもの遊び場だけではなく、保護者の交流の場としても活用させてもらっています。ママ友もできました！



### 開催日

毎月第1・4金曜日

時間 10:00~11:30

場所 保健センター

※保健センター事業で休みのときがあります。

## 子育てサロン

(①活動場所②活動日③メッセージ)



▲チェリーキッズクラブ10周年記念フェスティバル

### 仲よし会 ☎⑤1220

- ①南比都佐公民館 ②第1・3火曜日 10:00~12:00
- ③子どもたちの遊びや、子育て情報の交換の場として、利用していただいています。誰でも気軽に遊びに来てください。\*保険代(任意)800円(年度により変更あり)

### パイン ☎⑤0016

- ①日野公民館 ②毎週木曜日 10:00~11:30
- ③ママたちの輪、子育ての輪、地域の輪があたたく広がりますようにお手伝いします!ぜひのぞいてみてくださいね。

### おかあさんといっしょ ☎⑤1210

- ①鎌掛公民館 ②第2金曜日 10:00~12:00
- ③子どもをお持ちのお母さん・お父さん、お孫さんを連れたいおばあちゃん・おじいちゃんどなたでもお越しください。

### 子育て広場 ☎⑤3091

- ①必佐公民館 ②第2・4水曜日 10:00~11:30
- ③親子でのんびりおしゃべりしたり、遊んだりできる広場です。気軽に遊びに来てね。

### チェリーキッズクラブ ☎⑤0007

- ①西桜谷公民館 ②毎週水曜日 10:00~12:00
- ③今年から「さくらっこ」(東桜谷)と「チェリーキッズクラブ」と合同で活動しています。話しやすい雰囲気ですので、他の地区の方も気軽にきてみてください。

### ちびっこサロン ☎⑤1050

- ①西大路公民館 ②第1・3金曜日 9:30~11:30
- ③健康推進員さんの手作りおやつもあります!いつもヘルシーで子どもも大人も大喜びです。

保育園ってどんなことしてるんだろう?



### 町立保育所園開放「きっずらんど」

保育所のお友達やおうちの人と一緒に遊びましょう。年数回、開催しています。

7月の開催日 7月24日(火)こばと園 ☎⑤3584  
7月31日(火)さくら園 ☎⑤0390

### わらべ保育園「あそびにおいでよ」☎⑤5555

0~3歳の未就園児さんが対象です。同年齢のクラスに入って遊びましょう。

開催日 毎月第3水曜日

1日だけ子どもを預けたいなあ



仕事や保護者の方の体調不良などにより緊急・一時的に保育園利用したい時は、こちらをご利用ください。

### わらべ保育園 ☎⑤5555

対象 日野町在住の未就園の子ども

時間 平日9:00~17:00

- \*来園または電話でお申し込みをお願いします。
- \*利用料が必要です

## おもちゃ図書館

場所:保健センター  
活動日:第2・3金曜日  
時間:9:30~11:00

ボランティアさん(紙ふうせん)の見守りの中、たくさんの木のおもちゃに出会えます。また、気に入ったおもちゃは借りることもできます。

▶木のおもちゃで遊ぶ



問い合わせ先:社会福祉協議会  
☎⑤1219  
有線⑤6050

# 地域で子どもを育てよう

## 日野町青少年育成町民会議



日野町青少年育成町民会議は、子どもたちの健全育成を推進するため、初期型非行防止パトロールや有線放送「青少年シリーズ」など、地域で青少年を支え、見守る運動に取り組んでいます。

今年度は、特に夏休み期間中に子どもたちが規則正しい生活を送り、地域の方との交流の場を確保することを目的に、ラジオ体操の推進に取り組んでいます。

### ☆地域の皆さんの協力を

夏休みを規則正しく生活する上で、朝のラジオ体操は身近で取り組みやすい活動です。

しかし、最近子どもの数が少なくなり、ラジオ体操が実施されていない地域もあります。

### 早寝・早起き・朝ごはん

子どもたちが健やかに成長していくためには、適切な運動、バランスのよい食事、十分な睡眠が大切です。早寝早起きが習慣になることで生活リズムが作れ、朝ごはんをしっかり食べることで体を目覚めさせることができます。

今回のラジオ体操の推進は、地域の事情によって取り組みはさまざまですが、地域のPTAや老人会、女性会などの団体や、住民の皆さんの協力を得て、子どもたちを見守り、「地域の子どもたちは地域で育てる」意識を高めていただくことを目的にしています。

また、このことは併せて「早寝早起き朝ごはん」の実践にもつながります。

ラジオ体操を通して地域の大人と子どもが交流することで、さすがに朝に「おはよう」のあいさつや声掛けができる素晴らしい地域づくりのため、皆さん一緒にラジオ体操を始めませんか。

### ☆健康づくりにも一役

全身をしっかりと動かすラジオ体操は、健康づくりにおいても、とても効果的な運動だと最近注目されています。

大人も子どもも心地よい汗を流し健康づくりをしてみましょう。「それ、1・2・3」の元気な掛け声がたくさんの地域から聞こえてくる、そんな朝にしていききたいですね。

### ◆問い合わせ先

有線 ☎ 5370  
☎ 6566

## ラジオ体操実技講習会

正しいラジオ体操を行うと効果はさらにアップします。

1級ラジオ体操指導士に学んでみませんか。

日時：7月8日(日)

①午前10:30～ ②午後1:30～

\*時間はどちらも1時間です

場所：日野小学校 体育館

持ち物：体育館シューズ、タオル、飲み物

講師：谷本一枝さん

(ラジオ体操連盟公認1級ラジオ体操指導士)

日本人であれば誰もが必ず1度は経験したことがあるラジオ体操。眠い目をこすりながらも、夏休みの朝の運動として参加したこと。今では懐かしい思い出ではないでしょうか。そんなラジオ体操が今、究極のエクササイズとして見直されています。

### 見直されているポイント

- 効率よく全身運動ができる。(筋肉の収縮)
- 有酸素運動と無酸素運動が同時にできる。(汗をかく)
- 時間当たりのカロリー消費量が多い。
- 3分10秒でできる。(ラジオ体操第一)
- 性別、年齢を問わず、幅広く実施が可能である。(誰でも気軽に)
- すべての動きがケガをしない安全な動きで作られている。



▲町村合併40周年記念事業「町民ラジオ体操大会」4,000人参加(日野中学校にて)

# 妊娠中からサポートします 保健センター

妊娠中のお母さんとお父さんを対象に、『お母さんお父さん教室』を3回シリーズで開催しています。

1回目は妊娠中の食生活や歯科についての話、2回目はお産に向けての呼吸法の練習、先輩ママによる出産・子育て体験談を聞きます。3回目はお父さんの妊婦体験や、保育園の園長先生からの子育てのお話があります。

同じ時期に出産される妊婦さん同士の交流の場でもあります。「陣痛ってどんな感じですか?」「赤ちゃんが生まれたらどんな生活になるんだろう?」など、いろいろな悩みや心配なことについて一緒に考え、お産に向けて体と心の準備をゆっくりしていきますよ。

赤ちゃんが生まれたら

★生後1〜2か月ごろ、助産師や保健師が自宅に訪問します。

★育児の悩みを相談できる場として、月2回『赤ちゃん広場』を開いています。「体重が増えない」「もう離乳食を始めていいの?」など、育児の悩み、困っておられることなど何でも結構です。ひとりで悩まず、気軽に相談にお越しください。

◆問い合わせ先  
☎ 6574 有線 7777

## 子育てなどで困ったら

### 日野町子育て・教育相談センター

日野町子育て・教育相談センターでは、子育てや教育での悩み(幼児・児童生徒の不登校、いじめ、学習の問題、非行、発達障害など)や保護者自身のことでお困りのことについて、専門のカウンセラー(臨床心理士など)が相談にのっています。

原則として子どもと保護者それぞれに担当のカウンセラーを決めて対応しています。

いざ自分が父親の立場となると、何をすればいいのかわからなかったので、よい勉強の機会となりました。



カウンセリングは、1回50分。子どもには遊びを中心としたカウンセリングや対人関係能力の向上のためのトレーニング、また、必要に応じて検査もさせていただきます。申し込みは各小学校、幼稚園、保育所または直接子育て・教育相談センターまでご連絡ください。

カウンセリングというと少し構えてしまうかもしれませんが、まずは保護者だけでもお気軽にお越しください。私たちカウンセラーはお父さんやお母さんの応援です。子育てについて、一緒に考えていきましょう。

◆問い合わせ先

☎ 6574 有線 1176



▲子育て・教育相談センターは日野公民館の隣の建物です

## ～私たちがお待ちしております～

### その他の相談機関

- ・わらべ地域子育て支援センター  
☎ 5555  
平日 9:00～17:00
- ・保健センター  
☎ 6574 有線 7777  
平日 8:30～17:15
- ・役場福祉課  
☎ 6573 有線 7772  
平日 8:30～17:15

人と人とのつながりを大切に、地域に根差したカウンセリングを目指します。



左：臨床心理士 山本美幸  
右：家族相談士 加藤真紀



臨床心理士 赤尾 宗一

お母さんのカウンセリングを主に担当しています。お母さんが少しでも元気になるようお話を聴かせていただいています。毎年約2,000人の方が来ておられますので、特別なことと思わずに、気軽に声をかけてください。