

綾部市地域子育て支援センター

NO. 312

クレヨンひろは

せんだん苑こども園内

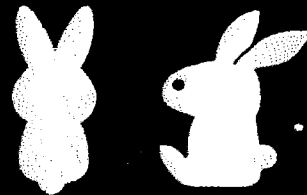
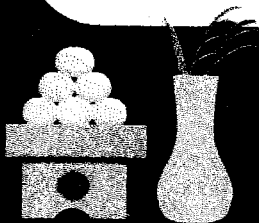
9月

綾部市青野町宮ノ前28

Tel. (0773) 43-2547

Mail sendan-.kureyon@juno.ocn.ne.jp

対象：就学前の子どもとその保護者及び妊婦



残暑御見舞申し上げます



さて、今回は、昨年の「子育て講座」の講師をお世話になった「まりげ」さんの新刊をご紹介します！

「まりげ」母ちゃんの全カ日本海ライフ

夫が脱サラ、故郷の舞鶴へリターン、まりげさんにとっては全く知らない土地、幼い子も2人連れ、不慣れな生活、不慣れな生活、24時間他人に気を遣った暮らしのリアルなしで、いかに余裕なしの家事、子育てのしんどさを共有できない夫への不満... 繊細な母の動きを、でもコミカルな漫画で、丁寧に描かれていく。

子どもはともかくいいけれど、自分のペースを完全に壊され、そして、やりがいを感じていないことは全部中途半端、子どもには泣かれ、うまいかなんて

(まりげ) ... そんな積み重ねが「しんどい...」話を聞いてくれるだけで、心が軽くなるってこと、分かってほしいなあ... というような「あーあ」というよりは、首が折れそうになるくらい「うんうん」とうなずけるエピソードがたくさんあると思います。夫が、家事、子育てなどの大変さを理解し、共有できるお母さんの話の中には、参考にすることもあってもいいかもしれませんよ。

古民家リノベーションも興味深いので、今では4人に増えた子どもたちのつるやきエピソードもかわいくて楽しいです。

己のがんばりは
自己申告するタイプ
by まりげさん

うまいかない
ことがあっても
大丈夫
きっと乗り越えられるよ。
by まりげさん



併せてお読みください
まりげさんの
初出版
「たのしいことを
拾って生きる」

どちらの本も
「クレヨンひろは」で
値い出しています！



miniサロン 10:30~12:00

対象：0歳児をもつ保護者と妊婦
赤ちゃんを連れてお父さんやお母さんが集まって和やかにおしゃべりをしています。いっぱいおしゃべりをして気になることも解消できたり、参考になる情報を聞けたりして赤ちゃん連れで安心して楽しめる場所です。赤ちゃんにとっても刺激が多く発達を促します。

miniサロン with ルル助産院

助産師の小室さんに来ていただけるミニサロンです。今月は9/17(水)です。
妊婦さんの体調のことやお母さんのじや体のこと、赤ちゃんのこと、気になること、何でも相談できます。

離乳食講座

対象：生後5~11ヶ月頃の乳児の保護者

内容：離乳食の作り方進め方についての講話と実習です。

日時：9月9日(火)

〈スタートコース〉初期の離乳食について

9:30~10:30 定員 12名(講話)

〈ステップアップコース〉中後期の離乳食について

10:45~11:45 定員 16名(講話実習、試食)

☆講話中、お子さまは保育します。

持ち物：母子手帳 お手拭き

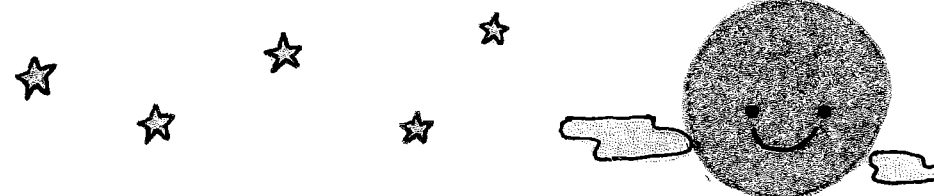
ステップアップコースの方はエプロン、三角巾

参加費：無料

申し込み 問い合わせ

「保健福祉センター」または「クレヨンひろば」

申込は
こちら



2025

★ 9 ★

SUN	MON.	TUE.	WED.	THU.	FRY.	SAT
8/24	25	26 ふれあい サロン	27 miniサロン with ルル助産院	28 ゴミ★サロ (志賀郷)	29 産後ママの リフレッシュ	30
31	9/1	2	3	4	5 みんなの サロン	6
7	8	9 離乳食 講座	10 産後ママの リフレッシュ	11	12 ゴミ★サロ (吉美)	13
14	15	16 ふれあい サロン	17 miniサロン with ルル助産院	18	19 ゴミ★サロ (豊里)	20
21	22	23	24 みんなの サロン	25	26 産後ママの リフレッシュ	27
28	29	30	10/1	2 miniサロン	3 園庭開放	4

みんなのサロン 10:00~11:30

場所：日東精エアーナ武道場

広くて明るい武道場で体を十分動かして遊べ発散できます。赤ちゃんも畳のマットの上なので安心ですよ。誰でも遊びに来て下さい。

「簡単ほぐしヨガ」もしています。いつもの動きやすい服装で!! こどもさんとも遊ばせながら 家事や育児で固まった身体をほぐしましょう(参加自由)

ゴミ★サロ 10:00~12:00

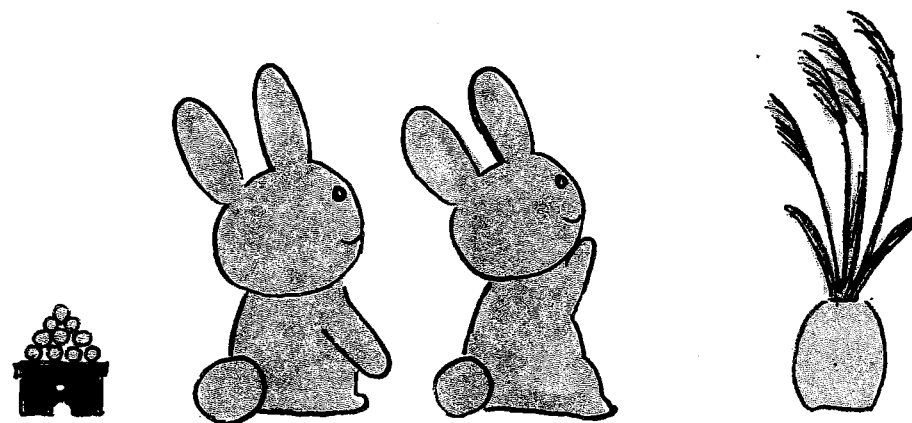
市内各地区の公民館などで地域の子育てサークルを訪問しています。近くにお友達や主任児童委員さんなど相談できる人を見つけるよい機会です。

今月はこちら

9月12日(金)
吉美地区「きみこ
農業振興センターひろば」



9月19日(金)
豊里地区「ぴよぴよ
ふれあいの家 クラブ」



ふれあいサロン 10:30~12:00

対象：miniサロン対象者以外

お部屋で自由に遊んだり
歌や手遊びを楽しんだりします。



産後ママのリフレッシュ

(綾部市こども支援課との共催)

~産後のじと体をリフレッシュしませんか~

ママは入浴 睡眠 ラーチ等 ゆっくりした時間を過ごしてもらいます。また助産師 保健師が相談にも応じます。その間 赤ちゃんは保育士が保育します。ママ同志の交流もできてお友達になれるのも嬉しいですね。

日時... 9月10日(水)・26日(金)
10:00~14:30

場所... あやべ温泉(送迎有)

対象... 産後1年未満の母子

※来月以降の申し込みもお早目に



申込はこちら

育児相談 随時受付

子育てに関する相談に応じます。面談・電話・LINE・メール等ご都合の良い方法でお気軽にご相談ください。ちょっとした疑問でもすぐにお答えいたしますね。話すことで随分楽になりますよ。

フロンひろばの
LINE公式アカウント
をご利用ください



※市内の子育て支援センター

児童館、保健センターの行事予定を入れた「子育て支援カレンダー」を毎月配信しています。

※フロンひろば「担当者」と直接メッセージのやりとりができます。お問い合わせや予約などにご利用ください。また、子育てしている中で「気になること、不安に思うことなど」こちらで相談してください。 ※曜日、時間気にせず、いつでも大丈夫です！
※担当者は1人ですので、相談内容についての守秘義務は必ず守ります。

★絵本や保育用品の貸し出しや部屋の利用、チラシの掲示・配布、LINEでの情報の配信など、何でもご相談ください。

秋シリーズ

『中高生と楽し幼児のふれあひり本島』
始まりまーす♡

第一弾★

※ 糸菱部中学校 ※

10/9(木) 2・3校時

10(金) 2・3・4校時

5クラスあるので5時間ありますが、
※ 2の中で、ご都合のつく時間に参加をお願ひします。

詳しい時間や内容については、
チラシやLINEで案内しますのでご確認とご検討をお願いします！
気になること、何でもお問い合わせください♡

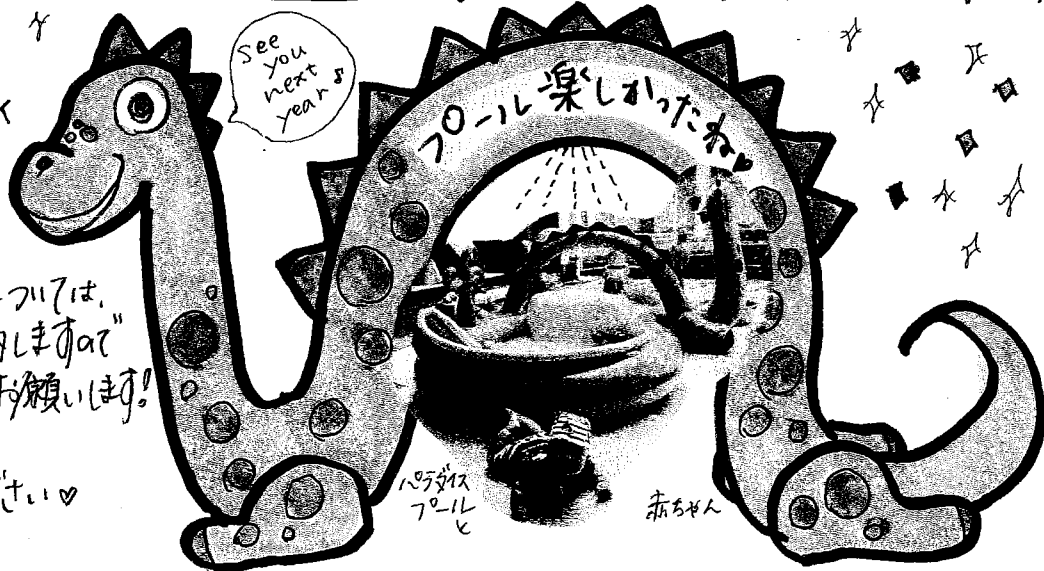
“未来のババママ”

多感な中高生へ

“大切な贈り物”

中学3年生の家庭科「子育て学習」のお手伝いです。

赤ちゃんを抱っこしたり、幼児と遊んだり、ババママからお話を聞いたり、という体験を通じ学びます。
そこで、学校へ来てくれる親子を募集します！



ババママ
7:00

赤ちゃん