

2023年11月号

子育てサロンだより

和寒町子育て支援センター『こども館』
TEL (0165) 32-3125



11月の行事予定



月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		あそびの広場 ふれあい遊び (10:30~12:00)		文化の日 休館	休館
6	7	8	9	10	11
あそびの広場	あそびの広場	あそびの広場 ふれあい遊び (10:30~12:00)	あそびの広場	あそびの広場 「お茶会」 (10:00~11:30)	休館
13	14	15	16	17	18
あそびの広場	あそびの広場	あそびの広場 ふれあい遊び (13:30~15:00)	あそびの広場	あそびの広場 親子遊び体験 (10:30~11:30)	休館
20	21	22	23	24	25
あそびの広場	あそびの広場	あそびの広場 ふれあい遊び (10:30~12:00)	勤労感謝の日 休館	あそびの広場 お誕生会 (11:00~11:30)	休館
27	28	29	30	12月1日	2
あそびの広場	あそびの広場	あそびの広場 ティータイム (10:30~12:00)	あそびの広場	あそびの広場 お話し会 (11:00~11:30)	休館

あそびの広場

月～金曜日 9:00～12:00
13:00～16:00

遊びの部屋を自由開放しています。
おもちゃや遊具などで遊んだり、親同士の交流の場としてもご利用ください。

ふれあい遊び他

水曜日 10:30～12:00
13:30～15:00

わらべ歌や音楽に合わせて体操したり、遊具を使った遊びなど行います。

29日は、「ティータイム」を行います。

金

曜日はイベントがたくさん！

11/10 「お茶会」

本格的なお抹茶を、おいしい和菓子で頂いてみませんか？実際に点てる体験もできますよ。

申し込み 11/4 まで

11/17 親子遊び体験

身近な素材を使って手作りおもちゃを作りましょ！

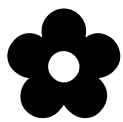
申込み 11/15 まで

11/24 お誕生会

11月生まれのお子さんのお誕生会を行います。みんなでお祝いしましょう！

申込み 不要





子育て講座「お茶会」を開催します。

申し込み
11/6迄

11月10日(金)、打田 幸江さんを講師に本格的なお抹茶の体験ができる「お茶会」を開催いたします。おいしいお菓子とお抹茶で日本の文化を感じ、ほっこりしませんか？また、自分でお茶を点てる体験もできますので、是非、ご参加ください。



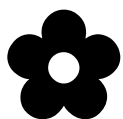
✳日 時 11月10日(金曜日) 10:00～

✳参加費 350円(お抹茶・お菓子代金)

✳持ち物 お母さん：特にありません

お子さん：託児をいたしますので、おむつ・おしりふき・飲み物等
名前を書いてひとまとめにして持参してください。

✳申し込み 11月6日(月)までをお願いします。



11月29日(水)に「ティータイム」を行います。

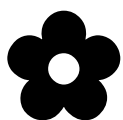
29日(水)に、「ティータイム」を行います。育児に忙しい毎日でゆっくりお茶を飲む時間がないお母さん達、どうぞ、つかの間のお茶の時間とママ同士の会話をお楽しみください。

温かいお飲み物を用意して、お待ちしております。

♡ 時 間 10:30～12:00

♡ 参加費 100円(スティックのお飲み物を用意しております。おかわり自由です。)

♡ その他 お子さんの分の飲み物は、各自でご用意をお願いします。



「育児の不安 どこから？」…そんな時は！

子育てをしていると育児に関する悩みや不安を抱えることがあります。子どもが生後間もないころは生命の維持を託されている緊張感や重圧感、ワンオペ育児での心や身体の慢性的な疲れ、「親になったら無条件で子どもがかわいいはずなのに…育児が辛いなんて私おかしい？」という思い込みや周りの無理解など、様々な理由から育児の不安や負担感を大きくしてしまうことがあります。

育児の不安や負担を感じる時は、身近な人に相談したり、こども館のスタッフに話をしてみましょう。ひとに話すことで自分の気持ちが整理できたり漠然と抱えていた「不安」の本質が見えてくることがあります。また不安な気持ちは孤立した時に大きくなりやすいので、パートナーや家族、周囲を上手に巻き込むことが大切です。「家族だから言わなくてもわかるはず」と決めつけず、「わたしはこう思う」と私＝I(アイ)メッセージで、気持ちや手伝ってもらいたい内容を素直に伝えて一緒に育児を楽しみましょう。

育児は楽しいけれど、人生の大仕事です。「自分だけ」と思わず、悩みも喜びも周囲と共有して、みんなで育児期を乗り越えていきましょう！

