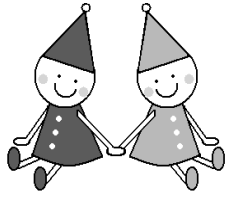
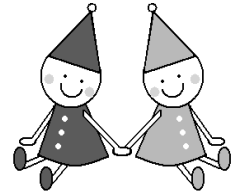


# 小平市子ども家庭支援センターひろばだより



## おひさま

11月号 2018.11 発行 vol.169



子ども家庭支援センターは、0歳～18歳の子どもと家庭の総合相談窓口です。子どものこと、家庭のこと、どんなことでもご相談ください。保護者、子ども本人、どなたからでも相談できます。遊んでゆっくり過ごせる子育て交流ひろば（おひさま）も併設していますので、お気軽に遊びにいらしてください。

### 子育て相談

子どもと家庭に関するご相談をひろばや電話、メール、面談などで受け付けています。

ショートステイ事業の相談窓口にもなっています。詳しくはお問い合わせください。

### すくすく相談

臨床発達心理士・言語聴覚士による相談ができます。子どもの発達、ことばの発達など、お子さんと離れて別室でお話しができます。（要予約）  
日程についてはお問い合わせください。

### ひだまり相談

臨床心理士・臨床発達心理士による相談ができます。親御さんのお気持ちのご相談をお受けします。お子さんと離れて別室でお話しができます。（要予約）  
日程についてはお問い合わせください。

### 子育て交流ひろば

「おひさま」

と「はらっぱ」

授乳・おむつ替え・食事スペースもあります。

プログラムについては裏面カレンダーをご覧ください。

### ～何をしても泣き止まない!!～

ミルク飲んででも、おむつ替えても、何をしても泣き止まない時ってありますよね。自分じゃダメなのかな…と落ち込みたくもなります。そんなときは…

すぐに泣き止まなくていいんです！ママたちは抱っこするだけでいいのです！

抱っこされて、身体が守られると安心します。安心して、泣きたいという欲求に身を任せられることが大事。だから、大人は焦らず、ゆったり抱っこしてあげるだけ。泣きたい気持ちや泣いている自分を“抱っこ”してもらった子どもは、大きくなったときに自分の嫌な気持ちを“抱っこ”できるようになると言われています。

（東京学芸大学 大河原美以研究室 HP 子育て応援紙芝居①より）

ひろばのなかでも、ゆったり過ごしてもらえたらなあと思います。とはいっても、大人だって落ち込みたくもなります。そんなママやパパたちも“抱っこ”できるひろばでありたいなあ…と思う秋の日でした。

（岡部）

### ☆ 第4回 福本先生による えほんの会 ☆ “親が楽しむ絵本の朗読”

日時：11月9日(金) 10:30～11:15

場所：子ども家庭支援センター おひさまひろば

内容：ネコシリーズ

「わたしおてつだいねこ」

「あしたうちにねこがくるの」など…

～福本 俊先生～

日本女子大学名誉教授（発達心理学）

心と心を結ぶ声「聲（Sei）主宰」

### ～東京都からのお知らせ～

東京都が11月1日～14日までの期間に、LINEを利用した子育ての相談窓口を開設します。都内に住むお子さんと保護者の方が対象です。子育ての悩みや困っていることなど、ひとりで抱え込まず、気軽に相談してください。

●実施期間：11月1日（木）～11月14日（水）まで

●実施時間：平日9時～21時 土・日・祝日9時～17時

●LINEアカウント名：東京 親と子の相談ほっとLINE

<お問い合わせ>福祉保健局少子社会対策部計画課（03-5320-4200）



### 小平市子ども家庭支援センター

【開所時間】火～土曜日 10:00～18:00 ※日、月、祝日はお休み

【住所】〒187-0031 小平市小川東町4-2-1 小平元気村おがわ東2階（西武線萩山駅より徒歩5分）

【TEL】042(348)2100 / 042(348)2102

【HP】

042(347)3192（虐待ほっとライン）

http://fukushi.unchusha.com/kodomokatei\_kodaira/

042(313)2391（ティーンズ相談室ユッカ）

【メール】

【FAX】042(348)2101

kodomokatei\_kodaira@unchusha.com

～子ども家庭支援センターひろばだよりは市内の子ども広場や図書館、HPでもご覧になれます～

# 11月のプログラム



| 日  | 月  | 火  | 水                              | 木                             | 金   | 土                                     |
|--|----|--|--------------------------------|-------------------------------|---|---------------------------------------|
| ●スポットタイム☆でしてあります<br>毎週水曜日 15:00~15:15<br>毎週金曜日 11:00~11:15<br>*季節の手遊びや絵本キッズヨガなどなたでもご参加ください!<br>状況に応じて、変更となる場合もあります |    |  |                                | 1                             | 2<br>✿ 赤ちゃんと創る<br>わたしの家族 ③<br>(10:15~12:00)<br>受付 10:00 から<br>※要予約  | 3<br><br>(文化の日)                       |
| 4  | 5  | 6  | 7<br>✿                         | 8                             | 9<br>✿<br>絵本の会<br>(10:30~11:15)                                     | 10<br>すくすくの会<br>(11:00~12:00)<br>※要予約 |
| 11   | 12 | 13<br>出張ひろば<br>in 東部市民センター<br>(10:00~11:30)                | 14<br>✿ ままらっこ<br>(10:30~12:00) | 15                            | 16<br>✿   | 17<br>コーラス隊<br>(10:30~11:30)          |
| 18   | 19 | 20<br>0歳さんあつまれ<br>(10:30~11:15)                            | 21<br>✿ ままらっこ<br>(10:30~12:00) | 22<br>りらくすヨガ<br>(10:30~11:00) | 23<br><br>(勤労感謝の日)  | 24                                    |
| 25   | 26 | 27<br>助産師さんによる相談会<br>りぼんの会<br>(10:00~11:30)<br>受付 11:00 まで | 28<br>✿ ふたごの会<br>(14:00~15:00) | 29                            | 30<br>✿ 赤ちゃんと創る<br>わたしの家族 ④<br>(10:15~12:00)<br>受付 10:00 から<br>※要予約 |                                       |

## すくすくの会

11月10日(土)  
11:00~12:00

松田先生との座談会

※要申込

〇すくすく相談の松田先生が  
おひさまひろばに来ます。



## 助産師さんによる相談会

りぼんの会

11月27日(火)  
10:00~11:30

(受付 11:00 まで)

対象: 1歳3か月ぐらいまでの  
お子さん

〇体重測定

〇授乳・卒乳・離乳食などのお  
話しができます。

※母子手帳をお持ちください。

## 0歳さんあつまれ

11月20日(火)  
10:30~11:15

〇0歳児親子の集まりです。  
みんなでわらべうたやお話  
をします。はじめての方、妊  
娠中の方も大歓迎!



## ふたごの会

11月28日(水)  
14:00~15:00

〇双子や三つ子など多胎児親  
子の出会いの場です。

〇お互いに共感したり情報交  
換をしませんか。

〇妊娠中の方も大歓迎!

## <ママさんボランティア>

りらくすヨガ

11月22日(木)  
10:30~11:00

〇ゆったりと音楽に合わせて  
身体をのばしませんか?  
〇ママさんボランティアの内  
嶋さんが教えてくれます  
〇動きやすい服装でお越し  
ください

## おひさまキッズ

10:30~12:00

「おひさまキッズ」は今年度3  
歳になるお子さん(H27年4  
月~H28年3月生まれ)&マ  
マの自主サークル。

※初めての方、興味のある方は、  
事前にセンターへご連絡くだ  
さい。

☆11月の日程については職員  
にお問い合わせください

## ままらっこ

11月14日(火)、21日(火)  
10:30~12:00

「ままらっこ」は子どもの成長や発  
達に心配があるママたちのサー  
クルです。気軽に遊びに来てい  
ただき、お話しする会に参加して  
みませんか。

※初めての方は事前にセンターへ  
ご連絡ください。プログラムの内  
容などをお伝えします。

## みんなで歌おう♪

コーラス隊

11月17日(土)  
10:30~11:30

〇12/15(土)のクリスマス  
会に向けて、クリスマスソ  
ングの練習をおこないます。音  
楽の好きな方、興味ある方、  
ママパパ、ご家族どなたでも  
どうぞ!