

午前の利用は予約が必要です。詳しくは3面の「あーち利用のご案内」をご覧ください。

6月6日から利用時間等が変更

5月30日(火)からのご予約に注意ください。

詳細は後日、館内のポスター、予約フォーム等でお知らせいたします。ご不明な点は受付スタッフにおたずねください。

<主な変更内容>

- 午前の利用時間は10:30~13:00となります。
- 午前の利用時間のうち12:00~13:00はランチタイムとなり、それぞれお持ちになったお弁当などを食べて頂けるようになります。※12:00以降は、おもちゃでは遊べなくなります。
- 午後の利用時間が13:30~16:00になります。

当面の間、ランチタイムを含む午前の利用は、従来通り予約制とさせていただきます。



みなさんは、お友達とどんなお話をされますか。私は日本にいたときと比べると、こちらではよくジョークを聞くのですが、なかなかアメリカンジョークが分かりません。でも、私が言ってアメリカ人にうけたジョークがある

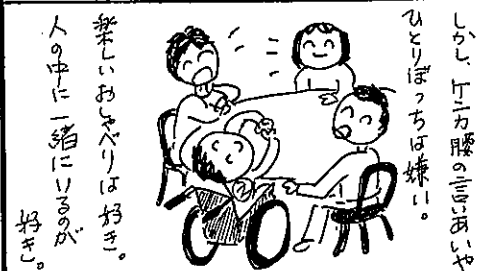
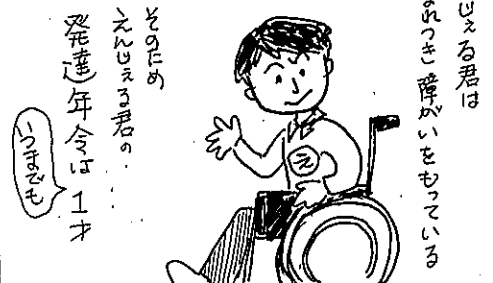
ので1つ紹介させていただきます。場をちょっと盛り上げるのに使ってください。Three new ramen restaurants were built. The sign of the ramen restaurant on the right is "The best ramen in the world." The one on the left is "The best ramen in Japan." The owner of the middle one was at a loss. So, he put the sign "Here is the entrance." ラーメン屋が3軒できました。右のラーメン店の看板は「世界一うまいラーメン」左の店は「日本一うまいラーメン」です。真ん中の店主は困りました。そこで、「ここが入り口」と看板を出しました。

関西人が求める「話のオチ」は、英語で "punchline" パンチラインと言います。このジョーク、日本語が分かる日本語学習者の人にも喜ばれます。英語と日本語でジョークを飛ばしてみてください。

(アメリカ イリノイ州在住 東口たまき)

えんじえる君 II by Bon

1才と24才





5月予定表



		こらぼ・あーち	ふらっと・あーち
1	月	休 館	
2	火		ミニこいのぼりを作ろう(予約制)10:30~12:00
3	水		
4	木	休 館	
5	金		
6	土		あらかると音楽遊び 14:30~15:00
7	日	休 館	
8	月		
9	火		小林さんの"ふらっとであそぼう!"(予約制) 11:00~11:20
10	水	月イチwith 10:30~12:00	
11	木		
12	金	よる・あーち 17:00~19:20	
13	土	おはなしの国 11:00~11:30	
14	日	休 館	
15	月		
16	火	あーち人形劇団「むー」(練習) 14:00~16:00	
17	水	パパママほっと 10:30~12:00	ベビーマッサージ(予約制) 11:00~12:00
18	木		
19	金	よる・あーち 17:00~19:20	リフレッシュYOGA(予約制) 10:45~11:45
20	土	健康あーち 11:00~12:00	
21	日	休 館	
22	月		
23	火		小林さんの"ふらっとであそぼう!"(予約制) 11:00~11:20
24	水		
25	木		
26	金	よる・あーち 17:00~19:20	
27	土	おもちゃ病院 14:30~15:30	
28	日	休 館	
29	月		
30	火		
31	水		ベビーマッサージ(予約制) 11:00~12:00

<プログラムの参加方法>

- ・ふらっとで午前に行うプログラムは予約制です。通常利用の予約フォームからお申し込みください。
 - ・こらぼのプログラムは予約不要ですが、午前の部で同時にふらっとを利用される場合は予約が必要です。
- ※予約の手順については3面の「あーち利用のご案内」をご覧ください。

<プログラムのご案内>

あらかると音楽遊び・・・手作り紙芝居や大型絵本におもしろい音や音楽を合わせた、楽しい読み聞かせです。

おはなしの国 ……ろうそくが灯ったらおはなしの世界のはじまりです。(絵本の読み聞かせ)

おもちゃ病院 ……ドクターが壊れたおもちゃを治します。(当日の修理はできません。)

おもちゃ病院の情報は Facebook神戸・灘おもちゃの病院 でご覧ください。

健康 あーち ……健康づくりをテーマに保護者が中心となり取り組んでいます。農園に出かけたり、クッキングや専門家を囲んでの懇談会なども行っています。

小林さんの"ふらっとであそぼう!"・・・季節に合わせたふれあい遊びや絵本の読み聞かせ。育児相談もできます。

月イチwith ……参加者それぞれの困りごとや悩みごとについて語りあい、お互いに元気を分かちあいましょ

パパママほっと ……ASD(自閉症スペクトラム、アスペルガー)またはその傾向のあるお子さんを育てている保護者の集いです。悩みを分かち合い、情報交換を行うピアカウンセリングの場です。

ベビーマッサージ・・・予約制です。バスタオル1枚、タオル、着替え、おむつ、赤ちゃんの飲み物をお持ちください。

受付に10分ほどかかりますので、10:45頃までにお越しください。

リフレッシュYOGA・・・自宅でも簡単にできるヨガです。ヨガマットやバスタオルなど敷くものをお持ちください。

<あーち利用のご案内 6月3日まで>

午前(10:30~12:30)の利用は予約が必要です。定員はおおむね15人程度です。

午後(14:00~16:00)の利用は予約は不要です。定員はおおむね25人程度です。

※保護者は1組につき2人まで利用できます。

※混雑状況により、ご利用をお断りする場合があります。ご理解・ご了承をお願いします。

<午前の予約について>

- ・事前予約は1週間ごとに受付けます。
- ・毎週火~金曜日の間に予約フォーム(右のQRコード)から翌週分の予約を行ってください。
- ・希望者多数の場合は抽選となり、結果は土曜日にメールでお知らせします。



<当日予約について>

- ・当日空きがある場合は、お電話で予約ができます。(先着順)
- 利用当日の午前10:30以降に、あーち受付までお電話ください。TEL(078)805-6090

<ご利用にあたっての留意事項>

- ・おとなは必ずマスクをしてください。
- ・来館前にお子さんご自身の体温を測ってお越しください。受付でご記入をお願いしています。
- ・昼食、おやつなどの飲食はできません。(水分補給は可)



だいじなお口のはなし
「悪習慣(舌1)」



「三つ子の魂百まで」、「雀百まで踊り忘れず」。このように小さいときの癖はなかなか治りません。口に関係する癖には、舌の癖、唇の癖、手の癖、その他(お口ぽかん、口呼吸、噛みしめ)などたくさんあり、どれも健康には良くないことです。

私たちは、食べ物を口に入れると舌の真ん中あたりが持ち上がり、上あごに押し滑らすように食べ物をのどに送ります。それで、食べ物を飲み込むことができます。ところが、舌が十分持ち上がらないと、舌を前歯の間に押し付けて唇の力とともに食べ物を飲み込む癖ができてしまいます。これは「舌前方突出癖」といって、気づかないまま成長してしまうこともよくあ

ります。そうすると、食べ物を飲み込む力がつかなかったり、舌を噛みやすくなったりして、健康に様々な問題を起こす原因になるのです。

舌は強い筋肉の塊(いわゆる食材のタン)で、噛む、飲み込む、発音など口の働きにとって重要なものです。乳児期からいろいろな物を食べる各段階で、正しい舌の動かし方と十分な強さを身に付けていくのです。乳首を口にしっかり含んで力いっぱいおっぱいを吸うことに始まり、柔らかい離乳食から硬いものへいろいろな触感の食べ物を十分噛んで飲み込むことで自然と身につくのですが、どこかで省略されると舌の力が発達せず食べ物を動かすことがしにくくなります。

Sachian(オーラルケアステーション本町歯科)

<ふらっと相談員>

- 火曜 午前 灘区地域活動支援コーディネーター(第1、第3火のみ)
- 水曜 午後 助産師
- 木曜 午前 保健師
- 土曜 午前 助産師



☎ お電話でも相談できます

第26話 「それをクララ現象と呼ぶ」

梅田でさえも人の多さにうんざりする私は、かつて中学から大学まで満員電車で1時間ほど乗って千代田区の学校に通い、放課後は渋谷をさんぽしたり、新宿の予備校で勉強するような生活をしていました。

信じられないほどの人の山。大企業の社員や省官庁の職員たちの速い足取りに合わせてスタスタ歩かなくっちゃ誰かとぶつかって気まずい思いをするし、友達としゃべるだけでも安くはないお金が必要だったり。他の都市や町の在り方と比べると、何かがとても偏っているのではないかと思います。しんどいのは人の多さやスピード感、騒音だけではない。目に入るモノはすべて人工物。どこを見ても、人の手が加わって人の為に作られたものばかり。緑豊かな公園でさえも。

「自分の都合に合わせて何でもつくることができる。自分の意思をもって、自分の力で、努力さえすれば。」そんな無言のメッセージを受けていたような気がします。

今は山や川、海が身近にあって、本当に居心地がいい。イノシシの大きさにビビり、ウリ坊の可愛さにハートをつかまれ、野鳥の種類だって豊富。川遊びは初めての体験だし、食べられる魚を海で釣れるなんて当たり前なんだけどびっくりするし、雪が積もると見慣れた山の景色が一変し道に迷うかもしれない恐怖も味わいました。毎朝、電車の

窓から見える須磨の海は穏やかで、空と海の色が同じ日は一日もない。

「あなたは何もコントロールできないよ」「天候によっては海も山も川も容赦なく人の命を奪うよ」自然が発するのはこれまたひどく無情なメッセージ。

不思議なもので、意思次第でなんでもできると言われると、私は怖くなってしまふ。失敗するかもしれない、上手いかなかったら私が悪いんだ、多分そう思っちゃう。

でも、自然から「あんたなんて無力よ。自然の中にある無数の命の内の1つに過ぎないのよ。」なんて言われたら安心できちゃうから不思議。すごく自由だと思う。間違えても失敗しても、しょうがないよね、で済ませられる気がする。

「それって、クララじゃん」と、気の置けない友人が笑う。なるほど。フランクフルトでは失敗を恐れて「自分はできない」の殻に閉じこもって怯えていたクララが、アルプスの山でハイジに発破かけられて立ち上がったのはそういう逆説的なカラクリが!?(本当のストーリーはあんまり知らないけど)

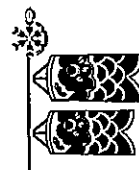
「これ、クララ現象って呼ぼう」と、まるで世紀の大発見をしたかのように盛り上がる仲間がいて、自然があって、子ども達が笑顔で過ごしている。そんな毎日がとっても愛おしい。

今月の特別プログラム「ミニこいのぼりを作ろう」

日時:5月2日(火)10:30~12:30

場所:ふらっと(情報コーナー)

紙コップを土台にした小さなこいのぼりを作ります。おとなも子どもと一緒に工作を楽しみましょう!(予約制)※参加希望の方は、5月2日のふらっとの午前利用を予約してください。



神戸大学大学院サテライト施設「のびやかスペース あーち」
〒657-0832 神戸市灘区岸地通 1-1-1 灘区民ホール 3 階
TEL&FAX 078-805-6090
HP <http://www2.kobe-u.ac.jp/~zda/arch-prep.html>
開館日 火~土曜日(月曜、日・祝除く)

神戸大学大学院人間発達環境学研究科
ヒューマン・コミュニティ創成研究センター
〒657-8501 神戸市灘区鶴甲 3-11
TEL 078-803-7970
FAX 078-803-7971