

あーち通信

リフレッシュ YOGA (予約制)

お母さんに多い、肩こり、腰痛を軽くするポーズを中心に
におこないます。体も心もリフレッシュできる時間をつく
りましょう。

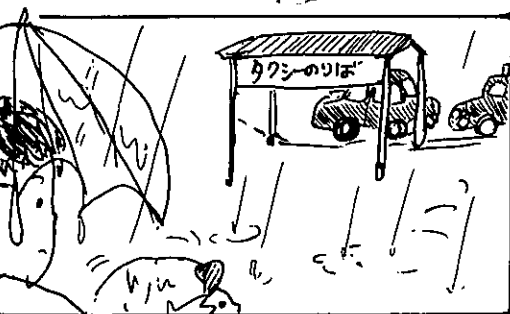
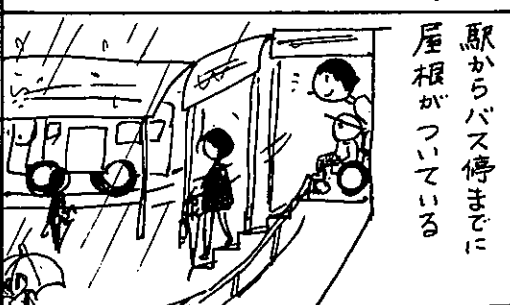
参加ご希望の方は、あーち受付にてお申込みください。
7月1日(土)より予約受付開始です。(電話不可)

日時: 7月14日(金) 10:45~11:45

場所: こらぼ・あーち

2017年7月号 Vol.142

えんじえる君II by Bon



友達ご夫婦と私たち4人で自然豊かな場所にあるレストランで食事をしてた時のこと、私の目線の先を大きなふわふわしたしっぽのリスが2匹芝生の上を走り、順々に木に登っていきました。思わず私は「あっ、リス!リス!可愛い」と言うと、友達が大笑いしながら「アメリカのジョークで、話の内容を切り替えたいときに“あっ、リス”って言うのよ。」と言い、丁度その時、私の配偶者が話の腰を折られて不満そうでした。私は、そんなことを知らなかったとはいえ、他の人が話しているときではなくて良かった、と思いました。それから、友達のリスにまつわる話が始まりました。彼女の隣の家にはクルミの木が森があり、リスたちがそのクルミをいっぱい彼女の家の庭にも埋めて貯蔵して、庭を掘ると、あっちからもこっちからも大きなクルミの実が出てくるそうです。そんなリスの働きぶりを想像しただけで気持ちがワクワクしました。皆さんはいかがですか?

(アメリカ イリノイ州在住 東口たまき)

「おたまじゃくしの101ちゃん」 作: かこさとし

偕成社 1973年7月発行

梅雨が始まり雨の日が続いていますが、カエルたちは雨を喜びでてる頃でしょう。これはまだカエルたちが子どもの時、おたまじゃくしだったころのお話。101匹のおたまじゃくしとそのお母さんカエルの少しハラハラする冒険物語です。池の中のをのぞいてみると、会えるかもしれませんよ。

ジメジメとした日が多いですが、雨を喜ぶ生き物たちを想像しながら、親子でぜひ読んでもらいたい一冊です。

(神戸大学 発達科学部 人間形成学科 3回生 なな)

プログラム案内

アートセラピー・・・自然素材や絵の具、粘土など様々な素材に触れながら、体全体で創作表現します。
 おはなしエプロン・・・絵本の読み聞かせ。絵本の楽しさ、美しさをお伝えします。
 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)
 おひさまひろば・・・灘区内公立保育所の保育士さんによる親子体操や手遊び、歌やお話など。
 おもちゃ病院・・・壊れたおもちゃを修理します。
 音楽の広場・・・参加型の演奏、おはなしなど、音楽を通してさまざまな人々が出会う場にしていきます。
 ビギナーズ交流会・・・生後6か月頃までの赤ちゃんとお母さんのための交流会です(予約制)。
 筆をもとう・・・書の初歩から学びます。気軽に楽しく書に親しみましょう。小学生以上～おとな対象。
 ベビーマッサージ・・・バスタオルと赤ちゃんの飲み物(お茶、母乳など)を持参してください。
 ほのぼの音ランド・・・音楽療法士による季節のうたや楽しいリズム遊び、楽器遊び。
 めだか親子クラブ・・・身近な材料で、ぶんぶんゴマや竹とんぼなどの楽しいおもちゃを作ります。
 よる・あーち・・・「居場所づくり」「学習支援」「子ども食堂」を一緒にしたプログラムです。
 らくがきお婆さんがやってきた・・・何を描こう?何を作ろう?みんなで自由にアートを楽しみます。



<ふらっと相談員> ～お気軽にお声をかけてください～

火曜 午前 保育士
 水曜 午前 NPO 法人マザーズサポーター協会(第4水)
 地域活動支援コーディネーター(不定期)
 木曜 午前 助産師(月2回)
 地域活動支援コーディネーター(不定期)
 午後 保健師(不定期)
 土曜 全日 助産師/保育士(第1、第2土)
 午前 助産師(第2土)

あーちのルール

☆オムツやゴミはお持ち帰りください
 ☆託児はできません
 ☆就学前のお子さんが遊ぶときは、保護者の付添いが必要です
 ルールを守って楽しくすごしましょう!

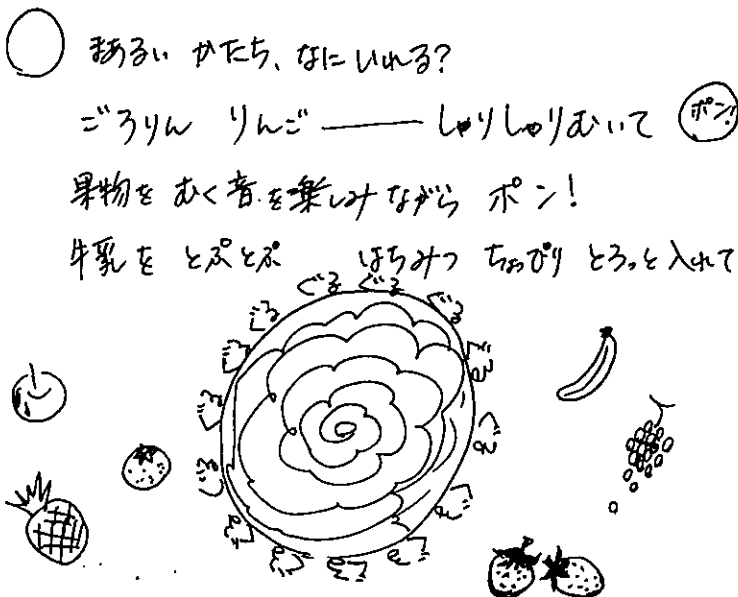


絵本の世界へようこそ



『ぐるぐる ジュース』

作: 矢野アキ
 アリス館 2014年9月

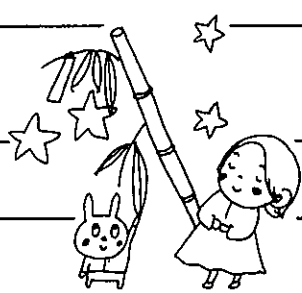


たのしく まわして まわして
 ひたっ。 どうなった?
 キッチンに行きたくてしまいませんか?
 作って、作って、
 画家

<ご注意>

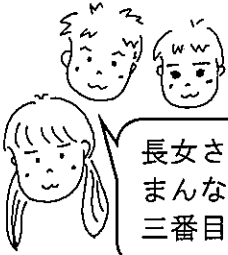
1歳未満の乳児がはちみつを食べると、乳児ボツリヌス症にかかる危険があります。1歳未満のお子さんには、はちみつを与えないでください。

7月予定表

		こらぼ・あーち	ふらっと・あーち	
1	土			
2	日	休 館		
3	月			
4	火	あーち人形劇団「むー」企画会議 1時～	おひさまひろばあーち 午前中	
5	水			
6	木		ベビーマッサージ（はいはい） 11時～	
7	金	めだか親子クラブ 4時～ よる・あーち 4時～8時 居場所づくり(こらぼ) 4時～ 学習支援(ふらっと、ゆーす) 5時～ 子ども食堂(ほっと) 6時～	おはなしエプロン 11時～	
8	土	0歳児のパパママセミナー&高校生の赤ちゃんふれあい体験（予約制・通年プログラム） 午前中		
9	日	休 館		
10	月			
11	火			
12	水	ほのぼの音ランド 11時40分～ あーち通信編集会議 2時～ あーち連絡協議会 3時～		
13	木	親子のびのび体操 11時～12時 筆をもとう 1時～2時30分		
14	金	リフレッシュYOGA(予約制) 10時45分～11時45分 おりがみ遊び 4時～ よる・あーち 4時～8時 居場所づくり(こらぼ) 4時～ 学習支援(ふらっと、ゆーす) 5時～ 子ども食堂(ほっと) 6時～		
15	土	ぽっとらっく（予約制）午後		
16	日	休 館		
17	月			
18	火	あーち人形劇団「むー」企画会議 1時～	おひさまひろばあーち 午前中	
19	水	パパママほっと 10時30分～12時（ゆーす・あーち） きまぐれライブ 1時30分～2時 / 3時～3時30分		
20	木	ピーナッツ(予約制) 10時30分～12時 あーち♥ビギナーズ交流会（6ヶ月未満のお子さん） （予約制）1時30分～	ベビーマッサージ（ねんね） 11時～	
21	金	アートセラピー 4時～ よる・あーち 4時～8時 居場所づくり(こらぼ) 4時～ 学習支援(ふらっと、ゆーす) 5時～ 子ども食堂(ほっと) 6時～		
22	土	おはなしの国 1時30分～2時 音楽の広場 2時30分～	おもちゃ病院 22日（土）1時～3時 ゆーす・あーち にて	
23	日	休 館		
24	月			
25	火			
26	水		おひさまひろばあーち 午前中 おしゃべりほっとタイム 11時～	
27	木	筆をもとう 1時～2時30分		
28	金	よる・あーち 4時～8時 居場所づくり(こらぼ) 4時～ 学習支援(ふらっと、ゆーす) 5時～ 子ども食堂(ほっと) 6時～		
29	土			
30	日	休 館		
31	月			

- ・予約制以外の、どのプログラムも参加（見学）することができます。年齢制限はありません。
- ・「アートセラピー」は汚れてもいい服装でご参加ください。
- ・ベビーマッサージにご参加の方は、バスタオルを1枚お持ちください。
- ・「ふらっと」は16時30分より整理整頓の時間とさせていただきます。





長女さん：委員会の「水やり」の仕事を忘れた日の夜に雨が降って助かりました、小五
まんなかくん：「友達を家に招待する」がブームですが、きっちり約束するのは難しい、小二
三番目：五歳の誕生日の翌日「僕、もうすぐ六歳?」、五歳

先日、長女さんとまんなかくんの小学校の運動会がありました。今年はパパが仕事で参加できず、三番目を保育園に預けて、朝からお弁当やビデオを肩から下げて、よいしょよいしょと出かけていく母でした。

長女さんの幼稚園での最初の運動会から考えると、何回目の運動会でしょう?今は子どもたちが小学校と保育園に通っているので、年二回参加していることになります。「前略 長女さま」で何回も書いている通り、緊張しやすい長女さん、じっとしていられないまんなかくん、ふざけが止まらない三番目、というわけで、私にとって運動会は「子どもの成長を喜ぶ場」ではなく、「心配し過ぎて（ハラハラし過ぎて）疲れる場」となっています。特にまんなかくんは退屈すると、他の子や保護者に大声で話しかける（離席あり）、砂で遊ぶ、荷物を散乱させる、暑いと騒ぐ、並んだら後ろを向いて列についていけない...という具合で、「親が子ども席の後ろで立って監視」という状況が何年か続いています。今年は監視役が母一人...。数日前から不安でした。

世の保護者たちは、なぜあんなに運動会で楽しそうなのでしょう...?早朝から並んで場所を確保、ビニールシートに座り仲の良い家族同士で歓談、張り切ってビデオを撮り、小さいきょうだいが走り回り、リレーで声を枯らして応援。そこにあふれる笑顔。我が家にはない光景に、ちょっと切なくなるのも毎年のことです。

さて今年は...、結論から言うと「まんなかくんが成長した!」ため、少し楽でした。明らかに離席が減り、騒ぐ声も、砂いじりも、「許容範囲」(母にとっての)。演技もしたし、応援もしたし、花丸!!まんなかくんの後ろから移動し、長女さんの席に何回も行けたし(去年は一回も行けませんでした)、ビデオも撮れました。最終種目の騎馬戦で長時間長女さんを応援して、まんなかくんの席に戻ってきた時は、明らかに「砂で遊んだんだろなぁ」という感じだったけれど、「ま、いいか」にしてしまえる心の余裕がありました。

よく周りを見れば、程度の差はあるけれど、砂をいじっている子はいるし、隣の子と遊んだりケンカしたりしている子はいるし、面白がってよその子と大盛り上がりで会話しているお父さんはいるし、そこらじゅうに「ま、いいか」があふれていました。初めて笑顔でまんなかくんと運動会から帰った気がします。この「ま、いいか」が「子育てを『楽しむ』力」なのかもしれない。重要なことを学んだ一日でした。

長女さんとは言えば、「努力は人を裏切らない」という言葉を体現したような運動会でした。組体操も騎馬戦も素晴らしかった。あの引込み思案な長女さんが、組体操で技を決め、騎馬の上に乗る日が来るなんて。涙が出そうになりました。来年は六年生。三番目も連れて、長女さんの雄姿を見に来たいと思います。まんなかくんの席の周りのお友達や保護者に「うるさくてごめんね～。いつもありがとう。」と一声かけて、「ま、いいか」で乗り切る技を、来年も使っていこうと思うのでした。

草々