



関子ども家庭支援センターだより

練馬区立関子ども家庭支援センター

〒177-0051 練馬区関町北1-21-15 ☎ 03-5927-5911

2020年7月1日発行

Vol. 33

緊急事態宣言が解除され、待ちに待ったお子さん達の元気な声やお母さんの笑顔にお目にかかれて、とても嬉しく会えなかった間に大きく成長したお子さんたちの姿に、スタッフも励まされています。

講座等の事業の中止や延期、ひろばの利用制限等でご迷惑をおかけいたしました。ご理解とご協力を頂きましたことに心から感謝しております。また、コロナの収束はまだ先が見えないのが現状です。ひろばご利用の際には、引き続き保護者の方のマスク着用、入り口での手指のアルコール消毒、飲み物のご持参、体温の確認などについてもお願いいたします。

自粛生活の中で、ご家族と過ごす時間が増え、親子や夫婦の関係にも変化が見られたのではないのでしょうか？これまでとは違った、子育ての不安やストレスを感じたこともあるかと思います。どんな些細なことでも、一人で抱え込まずに、遠慮なく相談してください。身近で頼れる地域の子ども家庭支援センターとして皆様のお役に立ちたいとスタッフ一同、心新たに力を合わせていきたいと思っております。

関子ども家庭支援センターの職員に異動がありました。所長に塚越典子、事務職員として、徳田賢太、立川信夫、ひろば職員には、主任に松岡三枝子、ひろばスタッフに岡野みゆきが加わりました。どうぞよろしくお願いいたします。

関子ども家庭支援センターはこのような事業を行っています

相談事業

★18歳までの子どもと子育て家庭からのあらゆる相談に応じます



様々な子育てサービス

★子育てサービスの提供をします（ひろばでの一時預かり）
★子育てサービスの紹介、調整をします



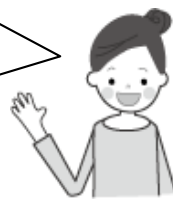
地域の中での子育て支援

★地域の子育て支援を進めます（子育てに役立つ講座などの開催）
★地域の人たちと連携して子育てを支えます



保健師や社会福祉士、精神保健福祉士、保育士の資格を持つ者が相談員や子育て支援スタッフをしています。

相談は、電話でも来所でもどちらでも大丈夫です。
時間は月～土(祝日は休み)の9時から17時です。
* 来所相談中に保育が必要な方は、事前にご相談ください。



匿名の相談でも大丈夫です。
☎【5927-5911】
すくすくアドバイザー
☎【6674-2082】

【子育てワンポイントアドバイス】

子育て中は不安を感じたりかっとなったりすることがありますね。不安を感じると、体が緊張で固くなり縮こまります。緊張で固くなった体をほぐしリラックスをすることにより、不安感を下げることができます。また、行動を起こすことで脳が刺激されて気持ちが変わりやすいといわれています。例えば、次のような動きをしてみましょう。

- ◎背伸びをする
- ◎深呼吸をする
- ◎水を飲む
- ◎10まで指折り数える
- ◎電話をする

引用文献「むずかしい子を育てるペアレント・トレーニング」明石書店



関子ども家庭支援センターは練馬区より業務委託を受け、特定非営利活動法人手をつなごが運営を行っています。関子ども支援センターだよりは NPO 法人手をつなご のホームページ <http://tewotsunago.ciao.jp/> でもご覧いただけます。



緊急事態宣言発令中、皆さんはどの様に過ごされたのでしょうか？不安な中でも良かったこと、困った事、新たな気づきなどいろいろあった事と思います。

練馬区の各施設においても新型コロナの感染拡大の予防のため、3月後半からやむを得ず予定していた各講座の中止と子育てのひろばを閉室にしなければなりません。長引く自粛生活の中何かできないかと考え、当センターでは5月後半からwebを使っての講座に挑戦しました。

その中の一つに「webのびのびひろば」があります。2月3月にのびのびひろばに来室された方にお声をかけ、6月8日は4組の親子に参加していただきました。センターとひろば職員で、お子さんの成長を促す楽しい遊びの提供が出来るようにとの思いでプログラムを考えました。皆さまもおうちでの遊びに取り入れてみてください。

❀ 6月8日のWEBのびのびひろばより ❀

●手あそび

♪グーチョコキパー ♪この指パパ

- ・手先を使うと、手先の器用さをはぐくむことができます。
- ・脳が刺激されて発達が促されます。

子どもたちは・・・

小さい手をいっぱい広げ、歌いながら真似していました。終わってからもお子さんが気に入って何度もまねをしていたという感想も聞かれました。

●おもちゃ作り

『吹き戻し』

- ・口の周りの筋肉を鍛えます。
- ・言葉の発達を促します。

簡単に作れます！
お母さんが吹いてみせるとまねをすることができるようになります。ぜひ作ってみてね。



●体を使う遊び

♪いとまきの歌 ♪手をたたきましょう

- ・反射神経が育ち、体のコントロールを促します。

子どもたちは・・・

リズムに合わせて、体を大きく動かして遊びました。お母さんもお子さんも楽しそうでした。

【材料】

お箸の袋(紙製) 1枚
ストロー1本を半分の長さに切ったもの
セロテープ

【作り方】

箸袋の底の方から、ストローを横にして芯にしくるくる巻いておきます。箸袋の口にストローを差し込み、空気が漏れないように口を絞ってセロテープでとめて出来上がり。

❀ 7月以降の講座について、3密を避けるため定員を減らして「ママと赤ちゃんのほっとタイム」を開催する予定ですが、状況により変更する可能性があります。手をつなごのホームページ <http://tewotsunago.ciao.jp/> または練馬区のツイッターでご確認いただくか、関子ども家庭支援センターまでお問い合わせください。(関子ども家庭支援センター ☎03-5927-5911)

ママと赤ちゃんのほっとタイム

～遊んだり、おしゃべりしたり・・・～

日時：7月17日(金) 対象：お座りまでの
14:00～15:00 赤ちゃんと保護者

場所：当センター会議室
定員：4組(新型コロナ感染症拡大予防のため)
予約制

★申し込み：7月1日～電話又は窓口にて受付です。
定員になり次第締め切りとなります。

※8月以降については、
第2金曜日の開催を予定しています。

のびのびひろば

お友達とのトラブルや気持ちの切り替えが苦手だったり発達に気になるなど、子育てで大変なことや困ったことがある方、遊びに来てください。

	場 所		場 所
7月13日	地下1Fプレイルーム	7月27日	2F会議室
8月11日	2F会議室	8月24日	2F会議室
9月14日	地下1Fプレイルーム	9月28日	2F会議室

時間：午前の部10:00～12:00 午後の部13:00～15:00
定員：定員：午前・午後各3組
各回予約制
(1週間前より電話・窓口にて受付)

