

貫井子ども家庭支援センターだより



貫井子ども家庭支援センターは
18歳未満のお子さんと子育て家庭の身近な相談窓口です。

- ★子育ての悩みや家庭の悩みを相談できます。
- ★匿名での相談も可能です。★秘密は守られます。
- ★2階にある相談室でゆっくりとお話できます。

相談（電話・来所）

月～土曜日 9:00～17:00

（日・祝日・年末年始を除く）

☎03-3577-9820

そんなに がんばらないで 3

昨年度からこの紙面にて「そんなに がんばらないで」のタイトルでコラムを書いています。今回は3回目です。皆様の子育てに対する思いや感想などを、表紙「貫井ぴよぴよだより」のメールアドレスにいただければ幸いです。直接ぴよぴよで話しかけていただくのも大歓迎です。



文責：桑代（相談員）

みんな初めて

妊娠するのは初めて
出産も初めて
夜泣きする子も初めて
1歳の誕生日を迎える子を育てるのも初めて
歩く我が子を見た時の嬉しさも初めて
イヤイヤ期も初めて
熱を出したときどうしようかと
心臓がドキドキしたのも初めて
みんな初めて



わからなくて当然 だって初めてなんですからもの

上手く子育てできない なんて
悩むことはない
だって何人いたって
この子は初めてなんですからもの

この年になっても 私は
結婚するわが子を見るのは初めて
孫が生まれるのも初めて
こんなに生きてきてもやっぱり初めてだらけ
最後に死を迎えることでさえも初めて

わからないのは当然のこと
恥じることなく
遠慮することなく

みんな初めてだから

分からない時は
ちょっと先輩に聞いてみたり
お助け機関を頼ってみたり

ひとりで悩むことなんて何もない
自分が苦しくなるような
我慢なんてすることない

だってみんな子育てには悩んでいるから
悩んでもらえる子は
幸せだと思うよ



困ったこと、愚痴を言いたいことがあったら
貫井ぴよぴよや相談室に顔を出してください。
いつでもお待ちしております。

子育て講座：イヤイヤ期と仲良く付き合うには

日時	10月30日(土) 10:00～12:00	場所	サンライフ練馬 3階研修室
講師	永瀬春美 先生（公認心理師・看護師・子育て相談室いっぽ、いっぽ 主宰）		
対象	1歳～3歳までのイヤイヤ期で悩んでいる保護者	定員	30名（託児：先着10名）
託児場所	サンライフ練馬（貫井図書館となり）・2F和室 9:30から託児受付		
申込	10月1日(金)より 03-3577-9820（貫井子ども家庭支援センター）		



9月から12月までの講座・おしゃべり会情報

貫井子ども家庭支援センターでは、色々な子育て講座、おしゃべり会を開催しています。新型コロナウイルス感染症の影響で、講座の開催方法、時期が異なる場合がありますので、詳細はお問合せください。

お申込み・お問合せ： ☎03-3577-9823



わかばちゃんの会 & ZOOMわかばちゃんの会

日程：来所 9月9日(木)・11月4日(木) 14:00～15:00 定員：10組程度
ZOOM 10月14日(木)・12月9日(木) 14:00～15:00 定員：6組程度
対象：生後6か月くらいまでの子どもと保護者(妊婦さんも歓迎!)
内容：自己紹介の後、気になることをおしゃべりします。手遊びや歌もあります。



シングル家庭のこんだんかい

日程：9月11日(土)・11月6日(土) 19:00～20:30 定員：7組程度 (同室保育あり)
対象：妊婦さんと乳幼児～小学生の子どもを育てているひとり親 内容：情報交換



マタニティヨガとおしゃべりひろば

日程：9月25日(土) 17:00～18:00 ※お子さん連れでの参加はできません。
(16:30～妊婦さんのひろば見学会開催!)
対象：妊婦さん(妊娠16週以降で、医師の承諾を得ている方) 定員：10名
内容：講師によるマタニティヨガ指導の後、おしゃべりをして参加者同士交流します。



子育て交流会 (in 南田中図書館) 南田中図書館共催

日程：9月29日(水) 10:00～11:30 定員：6組
対象：1歳未満のお子さんを持つ保護者 内容：情報交換 (同室保育あり)
申込：8月29日(日)より 南田中図書館 03-3593-2411



ペアレントトレーニング～イライラを減らす子育て術～

日程：10月8日・10月22日・11月5日・11月19日 いずれも(金) 連続4回講座 10:15～11:45
対象：3歳～8歳までの子どもの保護者 定員：6名
内容：ペアレントトレーニングの基本を一緒に学びます。



ふたばちゃんの会

日程：10月28日(木)・12月23日(木) 10:30～13:00 定員：8組程度
対象：0～18歳までの多胎児の子どもと保護者、多胎児の妊婦さん
内容：自己紹介の後、気になることをおしゃべりします。(来所の場合は同室保育あり)



だっことおんぶの講座

日程：12月23日(木) 14:30～15:30 対象：妊婦さんから1歳までの子どもと保護者
内容：基本的なだっことおんぶの仕方とその大切さを教わります 定員：10組



朗読を聞いて子育てにほっとひといき (in 貫井図書館) 貫井図書館共催

日程：12月11日(土) 14:00～15:15 定員：25名
対象：18歳未満の子どもをもつ保護者 ※お子さんを連れての参加はできません
内容：俳優の森田順平さんによる朗読をきいたあと、子育てについてみんなでおしゃべりします。
申込：11月11日(木)より 貫井図書館 03-3577-1831