

## 利用者の声

今、私の思うこと

毎週行われているリズムの日に合わせてたんぼぼ支援センターを利用させてもらっています。通い始めた頃は、まだハイハイもできなかった息子。はじめは、ピアノの音を聞くだけでもいいのかなと思いきり参加しはじめました。

抱っこして出来るものは一緒にやってみたり、だんだんと動けるようになってくると出来るものは一人で頑張らせてみたりと。

少しずつですが、出来ることが増え成長する姿を見るのが楽しみになってきています。

また最近から、お弁当会にも参加しはじめました。自宅では食事中ずっと座ることは難しいのですが、不思議とたんぼぼでは最後まできちんと座って食べることができています。

ここで過ごす中で、先輩ママ達や先生方から子どもの成長に合わせた関わり方や支援の仕方へのアドバイスを頂けるのが本当有難いなと感じます。

まだまだ分からないことだらけで、不安になることもあります。色々な方々の力を借りながら子育てを楽しみたいと思います。

いつもありがとうございます。これからもお世話になります。

S・S (沖縄市 在)

## 園長室の窓から

「みんなほんもの」  
トマトがねえ  
トマトのままではい  
ほんものなんだよ  
トマトをメロンに  
みせようとするから  
にせものに  
なるんだよ  
みんなそれぞれに  
ほんものなのに  
骨を折って  
にせものに  
なりたがる

～相田みつを～

将来、こんな子どもになって欲しい…溢れんばかりの思いを胸に、子どもと向き合っている(格闘?)お父さん、お母さん。”この子らしく”育てて欲しいと思いつつ”親の期待に沿う子ども”になることを願い、無理をさせていませんか?岸田劉生氏(洋画家)の詩に

「エンドウにも パラにもなるうとせす  
ひたすら、自分として育っていく故に  
ネギは天才だ

「渡辺和子著書「愛と祈りで子どもは育つ」より引用」という短い詩があります。この詩からも「自分として育っていく」ことの大切さを感じ取ることができます。子ども達一人ひとりが”大切にされている自分という存在”の価値に気づき、自分を愛し、他人を大事にし、自分らしく生きることができればこんな幸せなことはないでしょう。子どもたちが自分の道を切り開き、「自分らしく生きる力」を身に付けるためには、子ども守り育てる大人自身が自分の価値は何にも代え難い、かけがえのないものなんだということに目覚めることが大切なのではないでしょうか。園長 嘉陽理子

## 0さいから おやすみのぎゅう

作・絵:さいとうしのぶ 佼成出版社 ¥1300円+税

子ブタちゃんは、毎晩、ママに、「ぎゅう」って、だきしめてもらいます。ママはパパに、パパはママに、「ぎゅう」してもらうんだって。みんな、「ぎゅう」が大好きなんだね。寝る前に読む、親子のスキンシップ絵本



## 3さいから おじいさんと10ぴきのおばけ

作・絵:にしかわおさむ ひかりのくに ¥1200円+税

元気がないおじいさんに、ある日友だちからプレゼントが届きます。何と中から十匹のかわいいおばけ達!おばけ達のおかげですっかり元気になったおじいさん。ところが...



絵本あらすじ:絵本ナビ

## サークルがんばってます

今月の活動日

リフレッシュ-カ ha sh! 9月5.12.19.26日(火)10:00~11:00 (要予約)  
場所:studioJAM【託児協力:(NPO)こども家庭リ-センター-沖縄】

つく~る さ~くる くるくる 9月30日(土)9:45~ 帽子づくり 事前の申し込みが必要です。当日までの宿題があります。詳細はセンターにて

興味のある方は支援センターをご利用の上、ご参加ください。予約が必要です。 098-938-9379

## ★子育てのポイント 子育ての悩みQ&A

### 「食欲の秋」「おいしい」「楽しい」をいっぱい味わうために…食事について考えてみませんか?

食事作りを頑張りすぎないで、「食べたい」を引き出す関わり方を

#### 離乳食が始まった!さあどうしよう

離乳食づくりの本はたくさんあります。たぶん最初はそれを見ながら作られている方も多いと思います。そして、一生懸命作ると子どもに全部食べてほしいと思うのが親ごころです。ところが、思うように食べてくれません。そこで、無理に口に入れようとする、赤ちゃんはますます口を開けなくなります。そんなことが繰り返されると、だんだんママも疲れてしまい、食事の世話が辛くなってしまいます。

#### 「食べさせる」ではなく「いっしょに食べる」

食事は「食べさせる」のではなく、赤ちゃんの「食べたい」という気持ちを引き出す関わり方をすること、そのために大切なのは、最初から「一緒に食べる」ことだと思います。赤ちゃんは5~6ヶ月ごろになると、いろいろなものに好奇心を持ち始めているので、大人が食べているのを興味津々に見ています。まずは、家庭の食卓に赤ちゃんも座らせて、楽しそうな食事の雰囲気の間に入りませしょう。食べさせる時「食べさせなくては」と強く思ってしまうと、ついつい緊張した顔になりますし、スプーンを口の奥に入れてしまいがちです。スプーンに乗せて「なんだろうね」と誘うと、だんだん前かがみになって自分で口を寄せてきます。7~8ヶ月になるとゴックンが上手になり、「ちょうだい」という感じで食べ物を欲するようになってきます。味わうことも大切ですから、「にんじんさんだね」と言葉をかけながら食べさせましょう。9ヶ月頃になると、自分で食べ物を触ったり手づかみで食べようとします。子どもの「食べたい!」という意欲を大切にあげましょう。1歳頃になると、ママのお皿から手でつかんで食べたり、あーんと自分からままだに食べさせたりするようになり、ママが食べるととても喜びます。家族でおいしく食べているのを見せてあげるのが一番大切です。

#### 食事作りはシンプルに

離乳食を大人の食事と別に作るのは大変。具沢山のお味噌汁を作ったら、そこから具を取り出してつぶしてあげたり、煮物を味付ける前に赤ちゃん用に取り分けてとろみや大きさを食べやすくすればいいと思います。時にはベビーフードを使ってみたり、まとめて作って冷凍してもいいでしょう。

#### 栄養のことはあまり気にしすぎない

一日に、栄養素はタンパク質が gでといった数値が気になるかもしれませんが、少食の子もいれば、たくさん食べる子もいます。神経質に栄養を気にするのではなく、まずはその子なりに食に興味を持ち、機嫌よく食べたり、活発に動いたり成長曲線に沿って成長しているなら大丈夫です。

#### 「食」についての体験を広げよう

「食育」が大切と言われても何をしてあげればいいのかと悩むママもいます。何も特別なことはしなくてもいいのです。例えば絹さやの筋を取ってみようか、とうもろこしの皮をむこうと見せたり触らせたり「なんだろう、面白いね」とそんな「食」についての体験がおいしく食べることにつながるのです。 お話し おおた・ゆりこ 氏

次回も「食」について掲載します。お楽しみに。

参考:『月刊赤ちゃんとママ9月号』 2010年 (株)赤ちゃんとママ社

保育園の子どもたちの食事の様子をいつでも見学できます。(担当へ一声かけてください)

## 今月の予定

バス遠足(昆布公園) 9月14日(木)

身体測定日 9月8日(金)

子育て相談日 9月25日(月)(予定)  
(仲村香 臨床心理士による相談)  
リズム遊び 毎週火・木

たんぼぼばあちゃんとあそぼう 毎週水曜日  
(たんぼぼばあちゃんと一緒にウチナーグチ(沖縄の方言)を使って昔ながらの遊びや絵本など楽しい時間を過ごしませんか)

行事への参加は予約(申込み)が必要です。事前に来園し、申込みをして下さい。(当日だけの参加ですと、子どもたちが場所に慣れず、行事を楽しむことができません)詳しくは支援センター担当者まで。

## 来月の予定

うどんかい 10月7日(土)

カレーパーティ10月12日(木)

身体測定日 10月13日(金)

子育て相談日 10月16日(月)(予定)  
(仲村香 臨床心理士による相談)

リズム遊び 毎週火・木

たんぼぼばあちゃんとあそぼう 毎週水曜日  
(たんぼぼばあちゃんと一緒にウチナーグチ(沖縄の方言)を使って昔ながらの遊びや絵本など楽しい時間を過ごしませんか)

# 私たちのめざす子ども像

- ・心身ともに健康な子
- ・働くことを喜びと感じられる子
- ・自分の要求をはっきり言い、相手の要求も聞ける子ども
- ・仲間を大切に思いやりのある子ども
- ・物事をありのままにみて、自分の頭で考える子ども
- ・自然を愛し、創造力の豊かな子ども
- ・困難にぶつかった時でも、意欲的・積極的に行動できる子ども

## 知っ得情報

沖縄市では下記のような特別保育事業等を実施しております。

- あけぼの子育て支援センター
  - …胡屋あけぼの保育所内
  - 子育て支援センターゆんたく広場
  - …シャローム保育園内
- 一時保育…愛の泉保育園
- 夜間保育…室川夜間保育園

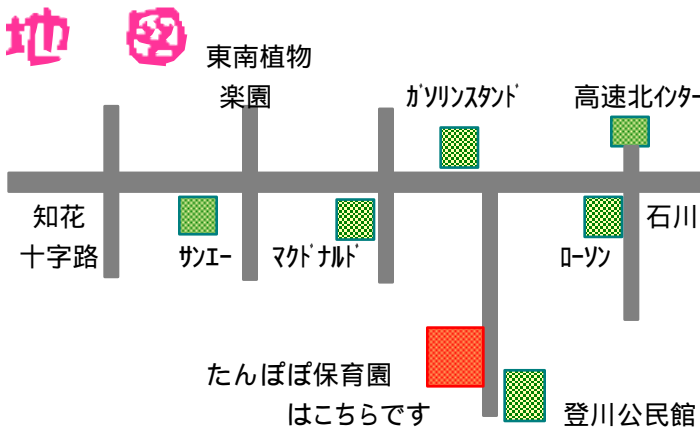
延長保育、発達支援保育、乳児保育を実施している公立・認可保育園あります。

問い合わせ：沖縄市役所 保育・幼稚園課  
電話 939 - 1212(内線3136)

## リズムあそび

支援センターでは、毎週火・木に行われている保育園のリズムあそびに参加しています。親子共、軽装、裸足でご参加下さい。(尚、行事等で曜日が変更になる場合もあります。ご了承下さい。)  
又、外で遊べない時などは別のメニューをご用意しています。

絵本の読み聞かせをしてみませんか?  
毎月・金にお母さんたちが交替で絵本の読み聞かせを行なっています。一緒に参加してみませんか?



## 今月の予定

行事等で内容が変更になる場合があります。

日	曜日	内容
1	金	自由交流・園庭開放
2	土	自由交流・園庭開放
3	日	
4	月	自由交流・園庭開放
5	火	リズム遊び・自由交流・園庭開放
6	水	自由交流・園庭開放
7	木	リズム遊び・自由交流・園庭開放
8	金	身体測定日・自由交流・園庭開放
9	土	午前中園行事のためお休み 夜は納涼祭
10	日	
11	月	自由交流・園庭開放
12	火	リズム遊び・自由交流・園庭開放
13	水	自由交流・園庭開放
14	木	バス遠足・園庭開放
15	金	身体測定日・自由交流・園庭開放
16	土	自由交流・園庭開放
17	日	
18	月	敬老の日(公休日)
19	火	リズム遊び・自由交流・園庭開放
20	水	自由交流・園庭開放
21	木	リズム遊び・自由交流・園庭開放
22	金	自由交流・園庭開放
23	土	秋分の日(公休日)
24	日	
25	月	子育て相談日・自由交流・園庭開放
26	火	リズム遊び・自由交流・園庭開放
27	水	自由交流・園庭開放
28	木	リズム遊び・自由交流・園庭開放
29	金	自由交流・園庭開放
30	土	自由交流・園庭開放
31		

## 絵本の貸し出しをしています。

お子さんと一緒に  
えらんで下さいね。  
月曜日～土曜日

9:30～5:00

利用者合計 (7月26日～8月25日現在)

大人(355)名 こども(483)名

累計  
大人(1694)名 こども(2217)名

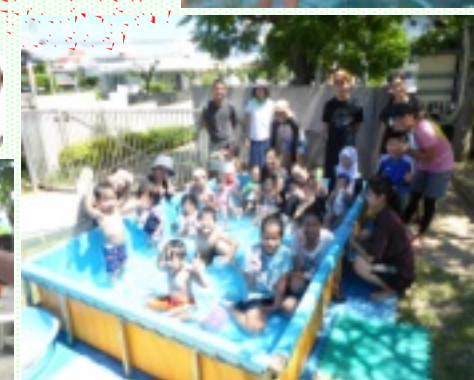
現在までのホームページアクセス数  
ホームページ調整のため来月お知らせします。  
今月の苦情受付 0 件

社会福祉法人 共同福祉会  
たんぽぽ保育園  
子育て支援センター  
たんぽぽ広場  
〒904-2142 沖縄市登川1-33-3  
電話 098-938-9379  
子育て相談 098-934-3568  
発行責任者 園長：嘉陽理子

子育てに不安や  
悩みはありませんか?  
子育て仲間が欲しいお母さん  
きっとここに答えが見つかるよ。  
お子さんと一緒に  
遊びにおいでヨ!

## 利用料は無料!

子育て支援センターたんぽぽ広場は、  
国・市が補助金を出し、つくられています。  
ですから無料で利用できます。  
(尚、特別行事等、材料費がかかる場合はその都度  
お知らせしています。)  
詳しくは支援センターまでお問い合わせ下さい。



たんぽぽ広場は、主に家庭で子育てをしているお母さん達が集まり、情報交換したり、お子さんと一緒にみんなで楽しく遊べる交流の場です。お父さん、おじいちゃん、おばあちゃん、もうすぐママになる方もお気軽にご利用ください!!

### 《よくある質問Q&A》

利用時間は? ... 月～土曜日 9時半～5時

何歳から利用できるの? ... 0歳～就学前まで(小学生の利用も可能ですが事前にお知らせください。)

利用できる地域は? ... 指定はありません。沖縄市以外の方もどなたでも利用できます。

必ず持っていくものは? ... お子さんのお着替えやタオルなど(お菓子やジュース、おもちゃの持ち込みはご遠慮ください。)

予約しないとダメ? ... 予約は必要ありません。(尚、活動内容の変更がある場合がありますので、たより等でご確認ください)

子ども(小学生)だけの利用もOK? ... 子どもだけの利用はできません。必ず大人と同伴でご利用ください。

子育て相談 こんなときどうしたらいいの? 最近疲れてイライラしちゃう... 色んな場面で起こる

子育てに関するお悩みなど、電話やメールでお気軽にご相談ください。(秘密厳守します)

メール: okinawatanpopo@hoikuen.to ホームページ: http://okinawatanpopo.hoikuen.to/