

利用者の声
今、私の思うこと

私は4姉妹の母です。人見知りが強く親と離れようものなら泣いていた長女が、幼稚園ではお友達との遊びを楽しみに毎日喜んで登園できた事は、たんぼぼでの沢山の経験があったからだと思います。たんぼぼに通っていてほんとに良かった！

次女へ「たんぼぼで一番何が好きか」と聞くと、「先生！」という返事。園の一番の魅力はフレンドリーな先生方とお母さん達、微笑みの天使”たんぼぼばあちゃん”だと私も思います。家にいると家事をしてしまうので、たんぼぼでの時間は貴重です。ガジマルの木陰で何気ない会話も楽しく、子どもの為に通っていたのが、いつしか私のパワースポットへと変わっています。もうすぐ幼稚園の次女、一緒に過ごせる時間を大切に笑顔の毎日でありたいと思う。山もりの家事に目をつむって(笑)今日もたんぼぼへ・・・。

旦那さん、いつもサポートありがとうね。

〇・Ｙ (沖縄市 在)

園長室の窓から

『親子で料理すると、ますます楽しい』

このごろは親子の絆が希薄になっていますが、親と子のつながりを密にするのも食事です。いっしょに作って食べることは親子の関係を深めますからぜひお子さんといっしょにお料理をしてみてください。

親子で料理をしているうちに、においが出てきます。そうするとおなかがすいてきますし、どんどん気持ちも高ぶってきます。一心にやるから意志の疎通もできてきます。そうやって出来上がったものを家族みんなが味わえば、家じゅうが明るくなるでしょう。(中略)

若いお父さんのお話です。お勤め帰りにたまたま七輪を見つけて買ったそうです。子どもといっしょに火をおこすことから始め、魚を焼いて食べたらとてもおいしくて親子がたいへん仲良くなってそうです。

親子が食べることをいっしょにすると、自然に相通じる。これはほんとうです。 『初女さんのお料理』佐藤初女 著

お母さん方から「料理が苦手な毎日のご飯づくりが大変なんです」という話を伺う。特に離乳食づくりは分からないことが多いとのこと。頑張ってるその姿に「もう少ししたら一緒に作れるよ。楽しみだね」と話すと、「本当にそんな日が来るのかな～、楽しんで作れるといいな」と少し先の未来を夢見て笑顔が見られる。

お母さん、子ども達はそんな頑張ってるお母さんたちの背中をちゃんと見て育ってます。子どもへの思いを込めて作ったごはんは子ども達にとって最高のお料理なんです。

「身土不二」という言葉があります。人の命と健康は食べ物で支えられ、食べ物は土(環境)が育てているという考えです。毎日の食卓にはお母さんの愛情たっぷりのお料理と、そしてその土地で採れた作物、郷土料理や伝統食も並ぶといいですね。

心のコもった美味しいお料理で暑い夏を乗り切りたいものです。

園長 嘉陽理子

★子育てのポイント 子育ての悩みQ&A

夏を元気に過ごせるために～体調を崩しやすい夏。元気に乗り切るために気を付けることは何でしょうか。

○紫外線対策をしっかりと

子ども時代、うれしかった夏休みの影響でしょうか。今年の夏は何をしよう？とお出かけの計画を立てるのは7月7月しますね。赤ちゃんにとって初めての夏。楽しく過ごして思い出をたくさんつくりたいものです。

夏は紫外線が多い時期なのは、ご承知の通り。お出かけのときは紫外線対策を忘れないようにしましょう。赤ちゃんの日焼け止めは、乳児専用のものがおすすです。大人用の日焼け止めは落とすときにクレンジング剤を使わないと落ちないものも多く、赤ちゃんの肌には負担が大きいためです。そのかわり日焼け止め効果はあまり高くなく、汗をかくとすぐ落ちてしまうので、汗をかいたらこまめにふいて塗りましょう。できれば無香料、無着色の日焼け止めを選び、洋服で隠れていない部分に大人の手のひら全体でやさしくまんべんなく塗りましょう。また、薄手の長袖のシャツや、長ズボンを着用するなど、日光に当たる皮膚を少なくする工夫も大切です。ポイントは少し大きめサイズのものを選ぶこと。衣類と皮膚の間に風が通るので、暑さを感じにくくなります。逆に肌に密着する衣類にしてしまうと、熱がこもり熱中症の危険があるので注意が必要です。

○室内環境を整える

最近、たとえ室内でも条件次第では熱中症になるといわれています。室温は、外気温との差を5度以内にし、28度以下にならないようにエアコンなどを上手に利用しましょう。赤ちゃんがたくさん動くようになると、この温度では暑く感じるかもしれませんが、うちわや扇風機、サーキュレーターなどを使って部屋の空気を動かすようにすると、涼しく感じます。また扇風機の風は、赤ちゃんに直接あたるとその部分だけ体温が下がってしまいます。扇風機の首は回して、赤ちゃんの一定の場所だけにあたらないように気を付けます。室内であっても水分補給を忘れてはいけません。母乳やミルクのほか、湯冷ましや麦茶などを用意しておくで安心です。

旅行の計画がある場合は、赤ちゃんの体調中心に計画を立てましょう。無理のないスケジュールもちろん、旅行先の病院などを下調べしておき、母子健康手帳、保険証、医療証、お薬手帳等などは必ず持参します。途中で補給できる水分の他、汗をかいてもすぐに対応できるように着替えやタオル等は少し多めに、持っていくようにしましょう。赤ちゃんだけではなく、ママやパパもしっかり休息を取りながら、元気に夏を乗り切ってください。

○月齢別ワポイント

- ・3か月くらいまで・・・赤ちゃんは寝入りばなに汗をかくことが多いので、就寝中、後頭部や背中が汗でびしょり！寝る前にハンドタオルやガーゼハンカチを衣類と肌の間に入れておくといい。また寝起きにシャワーや清拭を行うとあせもの予防だけでなく目覚めもすっきりします。
- ・6か月くらいまで・・・自立神経が未発達な赤ちゃんは発汗によって自分の体温を下げようとします。汗をそのままにするとあせもなど皮膚疾患の原因に。ランニングや袖なしは脇にたまる汗を吸えません。半袖の衣類がおすすです。
- 10か月・・・母体からの免疫が切れてきたこのころの赤ちゃんは夏のカゼや感染症にかかりがち。脱水にならないようにこまめに水分補給を。

誕生日まで・・・お散歩や買い物は楽しいですね。暑い日のベビーカーでの外出時はなるべく木陰を選びましょう。赤ちゃんが涼しく過ごせるグッズとして背もたれに保冷剤を敷くものがありますが、表皮が薄い赤ちゃんの肌は軽い凍傷を起こす可能性があるので使用する場合は厚手のタオルを巻いたり、ずらしたりと工夫しましょう。

誕生日を過ぎたら・・・5月～9月は紫外線が多い時期。ちょっとした外出でも帽子や水分補給できるものを忘れずに。手や脇、首のうしろを拭くために濡れたタオルもおすすです。

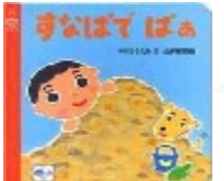
暑さ対策をして赤ちゃんとの楽しい夏を過ごしてくださいね。

お話：宮前尚子先生（東京都大田区/丸子ベビー保育園看護師） 参考：「1. 2. 3歳」2014年夏号 赤ちゃんとママ

0さいから すなばでばあ

★作:中川ひろたか 絵:山本祐二 主婦の友社 ¥700円+税

「すなばにおやまをつくりましょう ペタペタペタ」「シャベルでトンネルほりましょう サクサクサク」...すると、トンネルの中から音が聞こえてきます。「ダカダン ダカダン」なんだろう。なんと、砂場のお山から新幹線が登場し、通り過ぎたあとにじょうろで水をまくと...。保育士経験もある絵本作家でシンガーソングライターの中川ひろたかさんの魅力あふれる文に、子ども心を絵に込める名手・山本祐二さんがかわいくて力強い絵を描きました。お砂場遊びが大好きな赤ちゃんにぴったりの、夢いっぱいのお絵本です。18カ月の赤ちゃんから楽しめます。




今月のおすすめ絵本

3さいから おーい かばくん

★作:中川いつこ 絵:あべ弘士 ひさかたチャイルド ¥1700円+税

「ママとあそぼう！ピンポンパン」や「ひらけ！ポンキッキ」でも歌われた中川ひろたかさんの曲があべ弘士さんの絵でCDつき絵本になりました。ゆったりのんびりとしたかばの表情に心もなごみます。



あらすじ:絵本ナビ

★サークルがんばってます★

7月レジャークル ha★sh! 8月7.14.21.28日(火) 10:00~11:00 (要予約)
場所: studioJAM【託児協力:(NPO)こども家庭リソースセンター沖縄】

つく～る☆さ～くる くるくる 8月の活動はお休みです。尚、クラブバック仕上げは平日に行います。

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。TEL098-938-9379

今月の活動日

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

- ★敬老の日プレゼントづくり 8月29日(水)
- ★子育て相談日 8月14日(火) (仲村香 臨床心理士による相談)
- ★リズム遊び 毎週火・木
- ★身体測定日 8月10日(金)
- ★たんぼぼばあちゃんとおそぼう 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

- ★子育て相談日 9月19日(水) (仲村香 臨床心理士による相談)
- ★リズム遊び 毎週火・木
- ★身体測定日 9月14日(金)
- ★たんぼぼばあちゃんとおそぼう 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)

※うんどうかいの練習が始まっています。申込みした方は体調を整えて時間に遅れないようにご参加ください。申込みしていない方も練習にはいつでも参加可能です。

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

今日の予定

行事等で内容が変更になる場合もあります。

日	曜日	内容
1	水	自由交流・園庭開放
2	木	リズム遊び・自由交流・園庭開放
3	金	自由交流・園庭開放
4	土	自由交流・園庭開放
5	日	
6	月	自由交流・園庭開放
7	火	リズム遊び・自由交流・園庭開放
8	水	自由交流・園庭開放
9	木	リズム遊び・自由交流・園庭開放
10	金	身体測定日・自由交流・園庭開放
11	土	山の日(公休日)
12	日	
13	月	自由交流・園庭開放
14	火	子育て相談日・リズム遊び・自由交流・園庭開放
15	水	自由交流・園庭開放
16	木	リズム遊び・自由交流・園庭開放
17	金	自由交流・園庭開放
18	土	自由交流・園庭開放
19	日	
20	月	自由交流・園庭開放
21	火	リズム遊び・自由交流・園庭開放
22	水	自由交流・園庭開放
23	木	リズム遊び・自由交流・園庭開放
24	金	自由交流・園庭開放
25	土	自由交流・園庭開放
26	日	
27	月	自由交流・園庭開放
28	火	リズム遊び・自由交流・園庭開放
29	水	自由交流・園庭開放
30	木	リズム遊び・自由交流・園庭開放
31	金	自由交流・園庭開放

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?

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

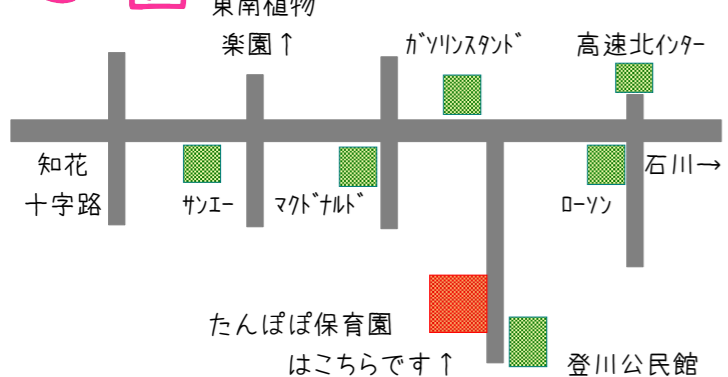
利用者合計 (6月26日～7月25日現在)

大人(299)名 こども(391)名

累計
大人(1070)名 こども(1479)名

今月の苦情受付 0 件

地図



たんぽぽ保育園 子育て支援センター

たんぽぽ広場

いきいき子育て支援します!

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。



しゃくとり虫に興味津々

手作りふりかけ作り・・・体に優しくて美味しいふりかけは大好評!



プールあそびたのしい～

七夕飾りづくり

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。
- 必ず持って行くものは?・・・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・・・色々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 ホムページ:http://okinawatanpopo.hoikuen.to/