



遊びにおいでよ!

▼ひかり児童館親子でクッキング12日▼宮野浦保育所ベビーピクス16日▼緑ヶ丘児童館リトミック18日▼なかしま児童館えほんのとびら19日▼ゆりかご児童館青い鳥フレイブルーム(月・木・金)
 ▼おやこの森の行事(予定)▼おやこの森(会)31日/ベビーピクス8日/育児サポート養成講座12日/シンガルフエーリーマーケット13日/絵本講座・親子の心と身体(セミナー)15日/発達(の)会17日/アレルギーのお話会22日

あのね!

「大きくならなかったらね警察官になつて大嫌いな注射を打つお医者さんを逮捕する!」(影の声)そつだーそつだー注射は痛いから逮捕しろ! 3歳女兒の将来の夢でした。わかるなあ。

子育て通信



満開の桜の下で
さくらんぼたちがいいお顔

先月、さくらんぼ保育園のみんなは保育園そばの遊歩道で桜を見ながら散歩しました。桜ヶ丘はその名のとおり桜の名所。

すこやか子育て相談

電話や面談のほか訪問相談もお受けいたします



旭小学校前
おやこの森
☎33-0204
午前7時～午後6時

恒富保育所
子育て支援室
☎22-9470
午前8時半～午後5時

日・祝日はお休みです

おはこく心読み聞かせ

ナマケモノヨガ
作:新井 洋行
出版:鈴木出版



「ナマ、ナマ、ケモノ♪」のリズムに合わせながら、ナマケモノ親子と一緒にヨガを試してみませんか?木に抱き着くナマケモノのポーズから、たまごのポーズ、春巻きのポーズなどイラストをマネしながら、ゆるーくヨガを体験できる参加型の絵本です ●絵本紹介:延岡市立図書館 司書 湯川 拓未さん

おやこの森でサポーター歴18年



助かりましたの聲が
うれしいんです。



おやこの森
子育てサポーター
谷本 豊子さん

おやこの森で、サポーター、そして昨年からは始まった多胎妊産婦等支援事業に携わって18年、今まで子供達から、たくさん元気をもらいました。お母さん達からも「助かりました。ありがとうございます」との言葉に、また元気をもらい、仕事を続けて良かったと思っています。

すこやかネットワーク

いつもそばに
おやこの森

おやこの森育児サポーター
津村 亜季さん

初めておやこの森に行ったのは娘がハイハイをしている頃でした。娘は森の砂場がお気に入りです。いつも1時間以上は遊んでいました。行事にも参加させてもらい母と娘で初めての経験をたくさんした場所です。

娘が3歳の時、双子を妊娠。双子の出産には約2ヶ月管理入院をしなければなりません。いつも私と一緒に過ごしていた娘は生活の変化に気持ちが不安定になってしまい、どうすればいいのかわかなくて悩んでいた時にふとおやこの森のことが思い浮かびました。「おやこの森に行く?」と聞くとためらいもなく頷いた姿は今でも忘れません。娘の様子を電話で話すときすぐに対応してくださり朝から夕方までおやこの森に預かってもらいました。

先日、クローゼットの中から娘を預かってもらっている期間、夫とサポーターの方がやりとりしていた連絡帳ができました。その中にはどんなことをして遊んだか、お友達とのやりとり、体調の変化などが細かく書かれていて、いつもそばで娘をみてくださっていたのがとても伝わってくるものでした。お陰で娘も笑顔が増え入院中にはおやこの森の出来事を話してくれました。私も元気な双子を出産することができました。もし、おやこの森のことを知らなかったら、娘と遊びに行っていなかったらどうなっていたかわかりません。

幼い頃はよく泣き、引っ込み思案だった娘も今年10歳、双子はこの春ピカピカの1年生になりました。そして母の私は、今おやこの森で多胎児支援を中心に育児サポーターとして活動しています。あの時お世話になった分、何か恩返しができるなら、多胎児をもつ保護者の方とは多胎児育児ならではの気持ちを共感できたらと思っています。よかったらおやこの森に足を運んでみてください。自然に囲まれたあの場所はきっと素敵な何かが見つかるそんな所だと私は思います。

きな粉マフィン (5人分)

<材料>

- ホットケーキミックス 90g
- おからパウダー 15g
- 豆乳 110g
- きな粉 30g
- 砂糖 30g
- 油 15g

<作り方>

- ① ホットケーキミックス、おからパウダー、きな粉、砂糖を重り入れよく混ぜる。
- ② 油、豆乳を量り入れ、粉、おからパウダーなどと混ぜる。
- ③ 180℃に予熱したオーブンで10～15分焼く。竹串を刺して確認したら完成。



授乳やおむつ替えに赤ちゃんの駅

子育て中のご家庭が気軽に外出できるように、授乳やおむつ替えに利用していただける施設です。ミルクのお湯の提供をいただける施設もあります。