

南区子育ての場

# さくらザウルス通信



発行元 / さくらザウルススタッフ会



「さくらザウルス」がオープンして8か月。1日平均14組の親子が遊びに来てくれます。...  
プログラムも増えお知らせしたいことも多くなりましたので、今月号は紙面を広げま...  
した。これからもますます皆さんに親しまれる「さくらザウルス通信」を作っていきます。...

今月のトピック

ベビーピクスが定期プログラムに



## 親子の絆を深めるスキンシップ & コミュニケーション

5月に初めてプログラムにとり入れたベビーピクスが大好評。定員に達してしまって参加できなかった方も多数いました。そこで6月より毎月プログラムに組み入れ、多くの方に体験していただけるようにしました。今回はその内容をお伝えします。

《講師紹介》 平田 ちえみさん (南区六ツ川在住)



「街の先生」経験者の仲間と「MY fit dance」というグループを結成。赤ちゃん・親子・お年寄りなど幅広い年齢の人達に、ダンスを通して体を動かす喜びを知ってもらいたい。と活動中。3才とらお兄のお母さん。趣味は映画鑑賞。

ベビーピクスにはこんな効果があります!

☆ベビーに...

適度な刺激で基礎的な体づくり  
情緒が安定し、発達  
バランス感覚をやしなう  
便秘が治ったり、よく寝るように

☆ママに...

心肺機能の向上  
産後の体のひきしめ  
ストレス解消  
親子の絆を強める

45分間・楽しくムリなく体を動かそう

▶ ベビーのフィットネスでは...

ベビーマッサージ  
赤ちゃん体操  
リズム遊び  
をします



▶ ママのエクササイズでは...



素敵なママになるために体を動かします

さいごは体をゆっくり伸ばして クールダウン

《ごあんない》

南区子育ての場・さくらザウルス

～ さくらザウルスは南区の区づくり事業のひとつです ～

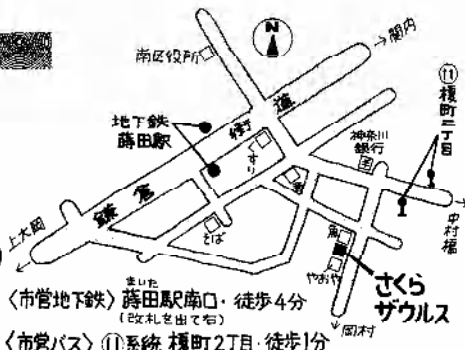
〒232-0043 横浜市南区藤田町 893-13 TEL/FAX 045-711-4666

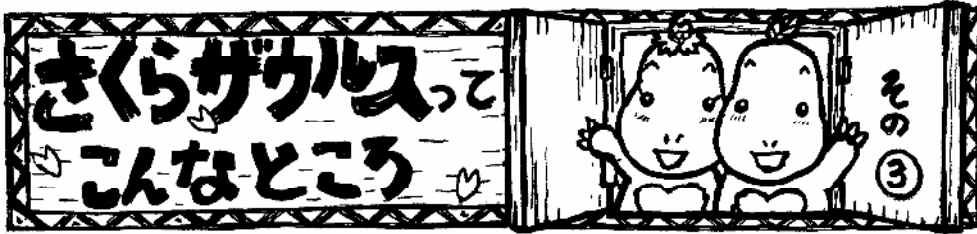
開館時間 10:00～16:00 (12:00～13:30 ランチスペース設けます)

休館日 土・日・祝日・年末年始

対象 未就学のお子さんとその保護者

利用は無料です





★ さくらザウルスでボランティアをしているスタッフは、現在24名です。子育て中の母親から、子育ては一段落のベテラン母まで年齢もいろいろ。

### 《笑顔のスタッフ》



経験もさまざまで、手作りの達人、読み聞かせの専門家、料理のプロ(?)など、それぞれの特技をさくらザウルスで生かして、楽しく活動しています。子育て支援者もメンバーにいて、相談にのってくれます。

みんな「子供が好き!」という事は共通していて、あったかい目でお母さんとお子さんを見守っています。

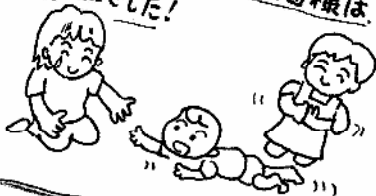
### スタッフ募集中です

◎ さくらザウルスでは常に2人のスタッフが、皆さんが安全に過ごせるように見守っています

記録本  
スタッフの日記です

#### スタッフ日記より〇月×日

この場所で初めてハイハイが出来ようになったお子様がありました。皆で喜びを分かち合いました。お母様は大感激でした!



#### △月〇日 はれ☀

看護短大の実習生がボランティアに来て、子どもたちの相手をしてくれました。お母さんたちも、自分の子でない子ども達と遊ぶ光景もみられ、みんなこの「さくらザウルス」に慣れて、居場所になってきたのかなと思いました。



#### ☆月〇日 <メモリ>

とても良い雰囲気の中で遊ぶことができ、お母さま方もとても楽しそうに雑談していらっしゃいました。初めて来た方が、緊張した中にも楽しさがあつたとお話しくださいました。

NEW FACE

♡ スタッフ紹介コーナーをぜひご覧下さい。

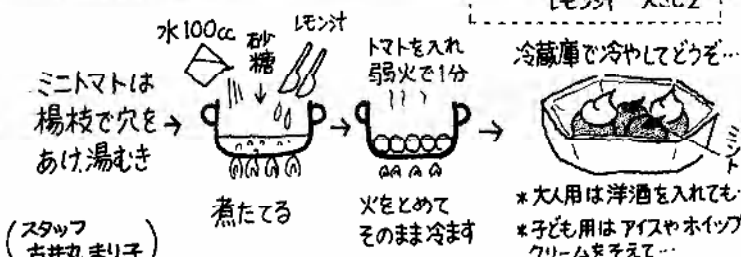
#### さくらザウルス通信は、ここにあります

- ・さくらザウルス / 区役所 2F・5F / 南図書館
- ・地区センター ... 南・大岡・永田 / ログハウス ... 永田・境之谷
- ・ケアプラザ ... 大岡・清水ヶ丘・六ツ川・永田・浦舟・不老町
- ・コミュニティハウス ... 睦・永田台・六ツ川台・浦舟
- ・フォーラム南太田(旧婦人会館) / どんとこいみなみ
- ・南区福祉保健活動拠点 / 愛泉ホーム
- ・のんびりんこ / みなみ市民活動センター
- ・『親子で楽しく遊ぼう』の会場
- ・子育て支援者相談の会場

#### 母と子のデザートレシピ

##### ミニトマトのコンポート

材料 ミニトマト 20個  
砂糖 30g  
レモン汁 大さじ2



(スタッフ 古井丸まり子)

## 4・5月の行事より

### 4/26 はじめてのリフレクソロジー講座

講師はシルバーリフレクソロジー協会の金子節男先生。受講者は2人組になって、互いに足の裏、足指の先、ふくらはぎなどのツボを押し合い、その方法を学びました。

参加者の声：「とてもリラックスできました。その後家でも時々やっています。保育があって安心でした。」（F.K.さん）



5月からは、先生に施術していただくコースもできました。申し込みに来た方は、「今、7か月の子がいて、だっこのしている時間が長いので毎日本当に疲れます。特に足はクタクタ…」とのこと。同じように0歳児のお母さん達が次々と申し込んでいました。

①裏面のプログラムカレンダーにのっているのは、施術コースではなく、4月と同じ方法を学ぶコースです。施術コースの日程はさくらザウルス内に掲示します。

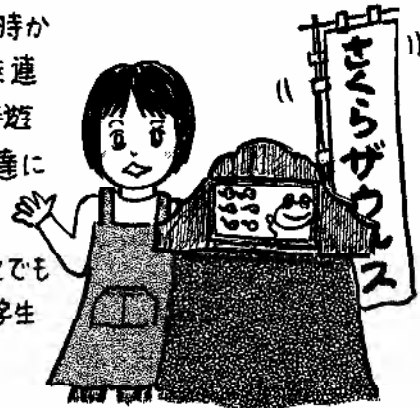
### 5/21 みなみ市民活動センター開所式に参加

前号でお知らせしたみなみ市民活動センター（浦舟複合福祉施設の10階）のオープニングイベントに参加しました。

真新しいフロアの各部屋からは、参加12団体のそれぞれの声がひびき、活気あふれるイベントになりました。

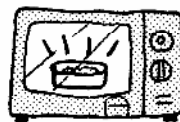
さくらザウルスは、2時から4時半まで紙芝居を連続20本近く上演。手遊びや駄菓子も子ども達によくおぼれました。

木のおもちゃは、ここでも大人気。幼児から小学生まで、夢中でした。



### さくらザウルスからお知らせ

○電子レンジが入りました。離乳食やお弁当のあたためにご利用ください。ご利用の時はスタッフにひと声かけて…



○プログラムがふえ、講座実施中などは今までとちがう雰囲気の日もあるかもしれません。ふだんのさくらザウルスが好きな方、ごめんなさい。ご心配なら電話でお問い合わせの上、おいでください。



Q. さくらザウルスには何か月くらいから行っていいのですか？ やっとね返りくらいなんですけど…

A. 月齢の制限はありません。赤ちゃんの元気なきげんのよい時にいらして下さい。利用者が多くてにぎやかな日もありますので、お電話で問い合わせから来た方がよいでしょう。ベッドやミルク用ポットもあります。

### 編集後記

汗だくで遊ぶわんぱく息子。見守る私は冷や汗ダラダラです！

→ 幹母

### 今月のおすすめ絵本 6月のまき



題名 「おじさんのかさ」

作者 佐野 洋子 作・絵（講談社）

おじさんは、とってもりっぱなかさを持っています。出かける時は、いつもそのかさを持っていきます。でもおじさんは、雨が降っても大事なかさがぬれないように、かさをささずに歩きます。

ところが、ある雨の日、ちいさな男の子と女の子が「あめがふったらポンポロン、あめがふったらピッチャン」とかさをさしながら歌っている声を耳にします。

本当かな？ おじさんは、おそろおそろ大事なかさを開いてみます。ああ本当だ！！「あめがふったらポンポロン、あめがふったらピッチャンちゃんだ！！」おじさんは、たまらなくうれしくなりました。

おじさんとかさと子どもの情景をユーモラスに描いた絵本。リズムカルな言葉と共にかさをさすのが待ち遠しい…。

（スタッフ 金澤 和子）

# 6月のサクラザウルスカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
		1	2 <small>(もちろん、ちがう年齢のお子さんが来てくださっても構いません)</small>	3	4 休	5 休
6	7 おはなし会  11:30~	8 わんぱくDAY <small>元気な 少し大きな お子さん</small>  1時半~3時	9 リフレクソロジー講座 <small>予</small>  10時~11時半	10 赤ちゃんタイム <small>乳児 向け</small>  1時半~3時	11 休	12 休
13	14	15 午前休 <small>(スタッフ会議のため)</small> 午後1時開館	16 おもちゃ病院  10時~12時	17	18 休	19 休
20	21 保健師 そうだん日 <small>無料</small>  1時半~3時半	22 ベビービクス <small>ひよこ</small>  10:00~11:00	23 おはなし会  2:00~	24 赤ちゃんタイム <small>乳児 向け</small>  1時半~3時	25 休	26 休
27 おたんじょう パーティー  11:00~	28 <small>(プログラムに参加しない方は11:00~)</small>	29 ベビービクス <small>あひる</small>  10:00~11:00	30 保育士そうだん日  1時半~3時	さくらザウルス		

◆ 予は参加予約が必要なプログラム。その他は参加に予約はいりません。直接会場へお越しください ◆

### 8日(休) わんぱくDAY (1:30~3:00)

ジャングルジムなどふだん出さない大型遊具で遊べる日  
6月は 新聞紙でダイナミックに遊びます。

### 予 9日(木) リフレクソロジー講座<足裏コース> (10:00~11:30)

要予約 1日より 大人4人限定 先着順  
バスタオル 参加費 700円 \*お子さんには保育者つきます  
足裏のツボを指でくまなく刺激する健康法を、シルバーリフレクソロジー協会の金子節男先生にご指導頂きます。

### 10日(金) 赤ちゃんタイム (1:30~3:00)

24日(金) にぎやかなのが苦手な赤ちゃんや、同じ位のお友達を作りたい方におすすめです。

### 16日(木) おもちゃ病院 (10:00~12:00)

こわれてしまったおもちゃをお持ちください。ボランティアが子どもたちの目の前でなおしてくれます。修理代無料。ただし大型の部品が必要な時はご相談の上 実費負担を願います。

### 21日(火) 保健師そうだん日 (1:30~3:30)

個別に相談できます。母乳・離乳食・歯みがきなど、何でも気軽に相談してください。乳児用の体重計も用意しています。

### 予 22日(水) ベビービクス・ひよこクラス (10:00~11:00)

3~7ヶ月の親子 要予約 14日(火)より

### 予 29日(休) ベビービクス・あひるクラス (10:00~11:00)


8~12ヶ月の親子 要予約 21日(火)より  
各10組限定、先着順 \*講座以外のご利用は11時から  
飲み物、バスタオル、参加費 500円  
ベビーマッサージやママのエクササイズも組み込まれています。親子でスキンシップ&コミュニケーションしながら、楽しく体を動かしましょう。

### 27日(月) お誕生日パーティー (11:00~)

当月生まれのお子さんをみんなでお祝いしましょう。布製のケーキを囲んで歌を歌ったり、生まれた時のエピソードを紹介しあったりします。お誕生月の方は受付のカードに名前を書いて掲示します。お誕生月でないお子さんも参加してください。

### 30日(木) 保育士そうだん日 (1:30~3:00)

遊びのこと、友だちづくりのこと...など保育士さんにご相談してみたいことがあったら、ぜひ来てみてください。

 プログラムはやむを得ず変更になることがあります。ご了承ください。