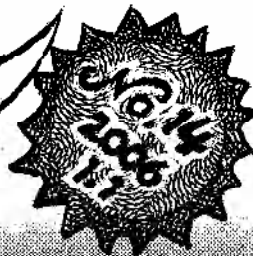


# さくらザウルス通信



発行元/さくらザウルスクラブ

- ✕ ... 新しいカレンダーをみていると、なんだかドキ
- ✕ ... ドキワクワクしてきますね。これからどんな
- ✕ ... 出会いがあるのかなあ〜って

## 今年もさくらザウルスをどうぞよろしく

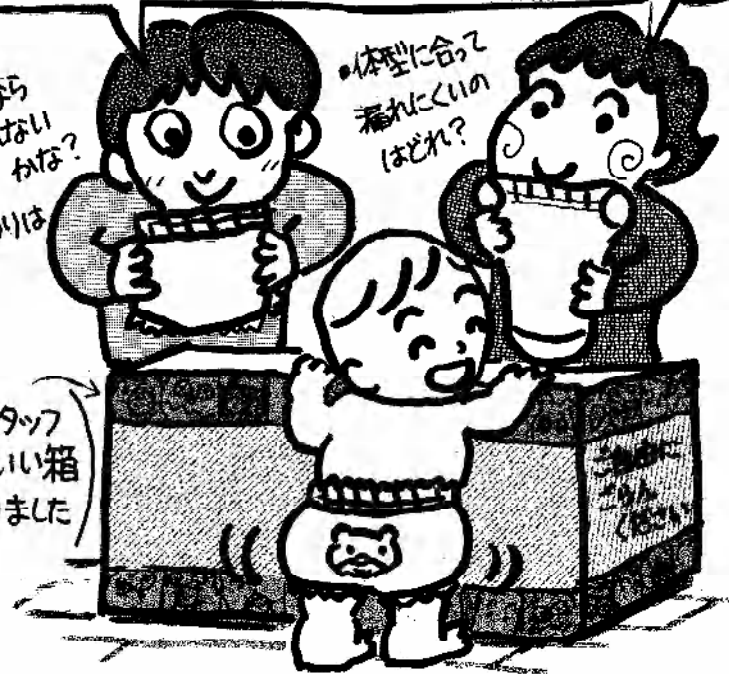


～ママスタッフの提案が実現します～  
**紙おむつ・お試し・交換BOXで**  
**うちの子にベストフィット**

・これなら  
かぶれない  
かな?  
・肌ざわりは

・体型に合っ  
て  
漏れにくいの  
はどれ?

（ママスタッフ  
がかわいい箱  
を作りました）



◆ いろいろな種類が発売されている紙おむつ。説明書やCMで選んでいるけれど、本当にうちの子に合っているのかしら。気軽に試して確かめられるといいな。—そんなママ達の声が活かされました。◆

- 1) 1月23日～2月3日 さくらザウルスの棚にBOXを設置します。(利用者が多ければ期間を延ばします。)
- 2) いろいろな種類のサンプルを手にとって見比べることができます。
- 3) 交換用の紙おむつはひとつずつ袋に入れて商品名・サイズのラベルが貼ってあります。試したいものと、自分の提供する紙おむつとを交換してください。

### 南区子育ての場 ▶ さくらザウルス

〒232-0043 横浜市南区蒔田町893-13 TEL・FAX 045-711-4666  
 Email: sakura-saurus@athena.ocn.ne.jp

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

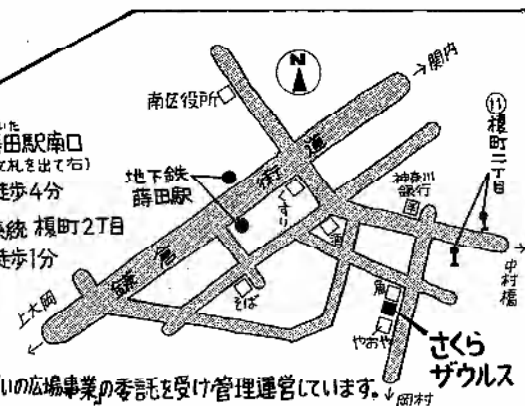
休館日 土・日・祝日・年末年始・特別休館日

対象 未就学のお子さんとその保護者 利用は**無料**です

\* さくらザウルスは、南区づくり事業として設置され、南区子育ての場運営委員会が横浜市社会福祉協議会親子のつどいの広場事業の委託を受け管理運営しています。

〈市管地下鉄〉  
 蒔田駅南口  
 (改札を出て右)  
 徒歩4分

〈市管バス〉 ①系統 蒔田2丁目  
 徒歩1分



# 今月のトピックス **キャラバン・サロン** 「小児科医と語ろう」を開催

1月30日(月) 10時~11時半 共催「よこはま・こどものこころとからだを紡ぐ会」



さくらザウルスに横浜市大医学部準助授の相原雄幸先生が来て下さいます。病院の診察ではなかなか聞くことができない小児医療について、直接じっくり話せるよい機会です。横浜の小児救急医療体制はどうなっているの？ その受診方法は？ など、日ごろ疑問に思っていることや、こうしてもらいたいという事を、ざっくばらんに話してみませんか。申し込みは不要です。お子様連れでおいで下さい。\*サロン開催時間内は参加者のみの利用になります。

《講師紹介》相原 雄幸先生  
横濱市大市民総合医療センター小児総合医療センター部長、浦南でも小児科外来を担当していらっしゃいます。ご専門は、小児アレルギー、気管支喘息、小児リウマチ性疾患など。

「よこはまこどものこころとからだを紡ぐ会」  
2004年発足。子育て中の親や医療関係者・教育関係者が、それぞれの分野の知恵やノウハウを持ち寄り、子どもとその家族の立場に立った横浜の新しい医療のあり方を考える会です。

「キャラバン・サロン」  
小児科医・看護師・助産師などの医療関係者を含む市民が、子育て中の親子のところに出席して、小児医療や子育ての悩み事など、車座になっておしゃべりする会です。市内の子育て広場などで開催され、今回が4回目となります。



今月のおすすめ絵本 1月のまき  
題名 「十二支のはじまり」  
作者 谷真介/文 赤坂三好/絵 (佼成出版社)

今年戌(いぬ)年。干支というのは昔中国で使われていた暦の表し方です。中国では古代の哲理である十干と十二支の動物名を組み合わせて、年や月日を表していました。今から千三百年ほど前に日本に伝わり、こうした由来話に発展しました。日本各地に類話がありどれも大変ユニークです。これは岡山県に伝わるもので、ねずみが1番、続いてうしとら……いぬはいのしと競争をして11番目になりましたが、ねこはねずみの悪知恵のため十二支に入ることができなかったという由来話です。ご家族の「読み初め」に、谷・赤坂コンビのこの行事むかしむかし「十二支のはじまり」はいかがでしょうか。(スタッフ 金澤 和子)

\*訂正\* 12月号紹介の絵本は『まどから おくりもの』が正しい題名でした。お詫びして訂正いたします。

## 11月の行事より

11/22 1周年連続企画 第3弾 **ボクササイズ体験でリフレッシュ!**

定員15名に対し、45名も応募がありました。当日はミットをつけて、スパーリングの時受け手になったのですが、皆さんの真剣な眼差しが怖いほどで、翌日は筋肉痛で大変でした。(担当スタッフ 高橋 雅美)

\*\*参加者の感想より\*\*  
「ウホームアップがとても楽しく童心に返れた。エクササイズは思ったよりきつかった。ジャブの連打が特に。グローブをはめられ、珍しい経験ができた。講師のお二方、きりりとしてかっよかった」(Yさん)  
「久々に思いっきり身体を動かすことができ、よいストレス発散になりました。年齢を忘れかなり張り切ってしまったので翌日全身せい肉痛。こどもは初保育で貴重な体験だったと思います」(Nさん)

1周年連続企画は各回盛況のうちに終了しました  
たくさんのご応募をありがとうございます。残念ながら受講できなかった方、ごめんなさい。また楽しい企画を考えたいと思います。今回奥地にあたり、藤田連合町内会・藤田第2町内会・南区役所・南スポーツセンター・保育ボランティア「みなみ」・向「ひまわり」など多くの方々のご支援をいただきました。心よりお礼申し上げます。どうもありがとうございました。

## 母と子のカンタンランチメニュー ～ハートのミニホットドック～

材料  
皮なしウインナー1袋 ニンジン $\frac{1}{2}$ 本  
チーズキッス(丸い形) ブロッコリー  
ホットケーキミックス・卵・牛乳  
粉チーズ・パセリのみじん切り少々  
あげ油適量

・ニンジンはいもめきしてお砂糖少々大2の水をかけラップしてレンジでチン(つけ合わせ)  
・ホットケーキミックスはホットケーキだねより少しかために作り、粉チーズ、パセリを入れて  
たねをつけた3種類を色よく揚げる。  
①ウインナーは、ハートの形に  
②パセリ入り  
③粉チーズ  
\*ケチャップを付けて大人はサルサソースでも... (スタッフ 古井丸 まり子)

### New Year Festival 受付中!

2006年1月21日(土) 12:30開場 13:30開演  
人形劇「よさこいのおよめさん」フォーラム南太田  
(人形劇団 びっころ) (旧婦人会館)  
大道芸 くらっはい 大人 500円 小人 200円(3歳以下)  
チケット購入はさくらザウルスに電話か直接  
(共催 男女参画センター横浜南 南区役所サービス課)

\*「さくらザウルス」に遊びに来ているお母さん達に、お子さんのゆかいなエピソードを紹介してもらってコーナーです。お友達からお友達へリレーしていきます。

### リレートーク

いつもテレビの前でなぜか「うう声」を使って歌っている娘。最近朝パパが出る時もDVDを見て歌っている時は、後追いもせず「手だけでバイバイ」——淋しくないの?とっていると、おかあさんといっしょの「ゆうぞうお兄さん」を見て「あ、パパだ!」と大喜びで歌っているんです(お兄さんに失礼では!!) 先日は、混んでいる耳鼻科の待合室で本を読んでいるとゆうぞうお兄さんの写真を見つけて「あ、パパだ!」を連発。皆に大注目されてしまいました。愛想笑いでごまかしましたが、穴があいたら入りたいたい心境でした。  
・千田 光絵さん・奥結さん(1歳6ヶ月)

編集後記  
今年も皆さんに喜ばれる企画を考え、桜のように「愛」される活動をしていきたいです。 →のん太

## 手作りおもちゃと遊び方 パラパラびっくり箱



お誕生会やちょっとしたイベントでも使える人気のおもちゃです。突然とび出してくる驚きや、期待感を味わえます。(スタッフ 平林 淳子)

- 作り方
- ①牛乳パックの上と下の部分を切り落とし、筒状にする。
  - ②①を3等分に切る。
  - ③②を平らにして、ゴムをひっかける切りこみを2か所入れる。
  - ④③を開き、切りこみ4か所に輪ゴムをかける。
- \* 帯状に絵柄テープなどを貼ると見た目もきれいに!

遊び方  
牛乳パックをかけた輪ゴムがのびる向きに平らにして、すべてたたみ、箱に入れ、フタをします。かけ声とともにフタをあけると、パラパラと牛乳パックがとび出します。小さな子には1つ持たせて感触を楽しませてあげましょう。

- 材料  
12牛乳パック 3~5本、輪ゴム12~15本  
入れ物: 空き缶や粉洗剤の空き箱(浅いもの)  
絵柄つきテープや折り紙など
- 〈用具〉  
はさみ  
カッター



# 1月のプログラムカレンダー

1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月

月	火	水	木	金	土	日
1						1
2	3	4	5	6	7	8
← 年 末 年 始 休 み →						
9	10	11	12	13	14	15
休みこまデ		おはなし会 11:30~	（もちろん、ちがう年令のお子さんが来てくださってもかまいません）	赤ちゃんタイム 1時半~3時	休	休
16	17	18	19	20	21	22
休 (スタッフ会議)	保健師 そうだん日 1時半~3時半	わんぱくDAY 元気な少し大きなお子さん 1時半~3時	おもちゃ病院 10時~12時	赤ちゃんタイム 1時半~3時	休	休
23	24	25	26	27	28	29
おたんじょうパーティー 11:00~	リフレDEリフレ 10時~11時半	ベビーボックス 10:00~11:00	保育士そうだん日 1時半~3時	ベビーボックス 10:00~11:00	休	休
30	31	プログラムに参加しない方は11:00~				
キャラバン・サロン 10:00~11:30	（参加しない方は） 11:30~					

## さくらザウルス

◆ ㊦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 ◆

13日(金) **赤ちゃんタイム** (1:30~3:00)

20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。

17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。

19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。

㊦ 24日(火) **リフレソロジー DE リフレッシュ** (10:00~11:30)

要予約 13日より 大人5人限定 先着順  
ハンドタオル 参加費700円 \*お子さんには保育者つきます  
足のツボを刺激するマッサージを受けられます(約15分間)  
疲れをとってリフレッシュしましょう。

㊦ 25日(水) **ベビーボックス・ひよこクラス** (10:00~11:00)

3~7ヶ月の親子 要予約 17日(火)より

㊦ 27日(金) **ベビーボックス・あひるクラス** (10:00~11:00)

8~12ヶ月の親子 要予約 18日(水)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。

26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。

30日(月) **キャラバン・サロン 小児科医と語ろう**

(10:00~11:30) 参加者のみの利用となります。  
横浜市大医学部准教授の相原雄幸先生を囲んで小児医療についてざくばらんに話しましょう  
共催「よこはまこどものこころとからだを紡ぐ会」



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。