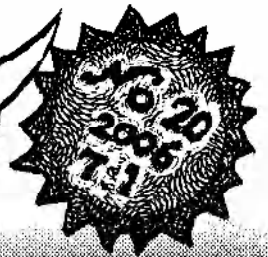


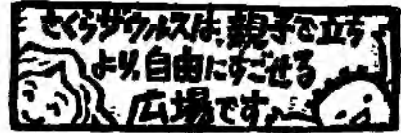


# さくらザウルス通信



発行元 / さくらザウルス通信

\*... 暑さもいいよは本番。でも、乗り物や食品売り場など冷房  
 \*... がきついところでは要注意。薄着でベビーカーに乗っていると赤  
 \*... ちゃんの体が冷えすぎてしまうことが…。一枚はおるものを持ってね。



## 今月のトピック → 子育てで忙しい手にこぼろびです

### アロマで癒す




### ハンドトリートメント

アロマセラピーで使う精油のやさしい香りに包まれて、  
 ひじから指先までのオイルトリートメント。  
 ラベンダー・ゼラニウム・ローズウッドなどなど…  
 アロマセラピストがあなたのお肌や体のコンディ  
 ーションに合わせて、あなただけの精油をブレンドします。  
 手のトリートメントをするだけで心も体もほっとリラックス  
 オリジナルトリートメントオイルはお持ち帰りいただけます。

#### □ 当日のトリートメントの流れ □

- ① トリートメントを受ける人に 簡単な質問 (好きな香り、  
体調や皮膚の状態など) をします。
- ② 香りをいくつか嗅いでいただきながら、精油のブレンドを考えます。
- ③ 選んだ精油でトリートメントオイルを作ります。(一人一人違ったもの)
- ④ ハンドトリートメントをします。
- ⑤ 残りのオイルをブルーの遮光びんに入れ、自宅での使用法を教えます。

7月21日(金)10時半~12時   
 大人8人限定・参加費1000円(サポーター700円)

※ お子さんには 保育者がつきます

▶セラピスト アロマミスティカ横濱のみなさん

英国 IFA (国際アロマセラピスト連盟) の認定アロマセラピストの  
 ボランティアグループ。アロマセラピーをわかりやすく紹介し、忙しい毎  
 日を送っている人の心を開放するため、公共施設や小中学校で講  
 座を開設。小学生、子育て中の親、更年期の女性、介護者などに喜ばれ  
 ている。

♥アロマセラピーとは… アロマ(芳香)とセラピー(療法)を合わせたことば。香りの作用を効果的に利用する方法です。

### 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  
 ホームページ: <http://www18.ocn.ne.jp/~saurus/>

〈市営地下鉄〉蒔田駅南口 (改札を出て右) 徒歩4分

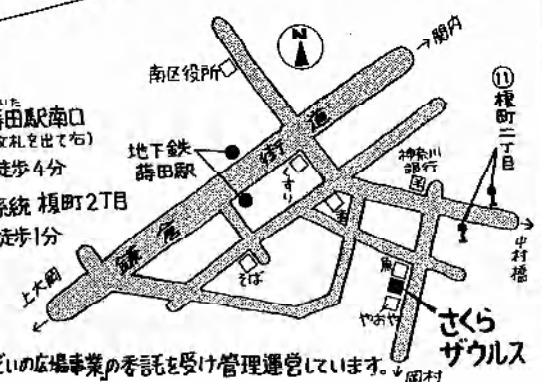
〈市営バス〉①系統 榎町2丁目 徒歩1分

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。



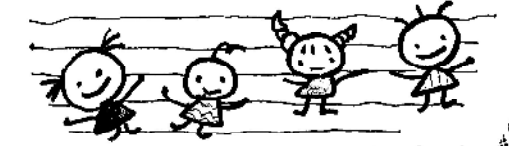
# 横浜 こどものひろば 0123

## アートのちからで 信頼を育む

乳幼児とおかあさんの信頼を育む

プロの演出家・役者が0123歳の子どもたちに向け制作したおしぼいを年4回と、ワークショップ・遊びの会を月がわりで開催しています。

- 7月の企画** ワークショップ「おかあさんのためのからだワーク」  
3・4・5・12日 10:15 集合  
市民活動支援センター(桜木町駅徒歩5分)
- 8月の企画** 「なつの公園あそび」  
岸根公園にて



親子で会員になって参加する会  
会費 親子1組/月1500円  
入会金 300円

☆お問い合わせ先  
NPO法人 横浜こどものひろば  
TEL 045(243)0762  
ホームページ  
www.yokohama-kodomo.com

## 夏の楽しいイベントをご紹介します

～詳しくは各お問い合わせ先へ～



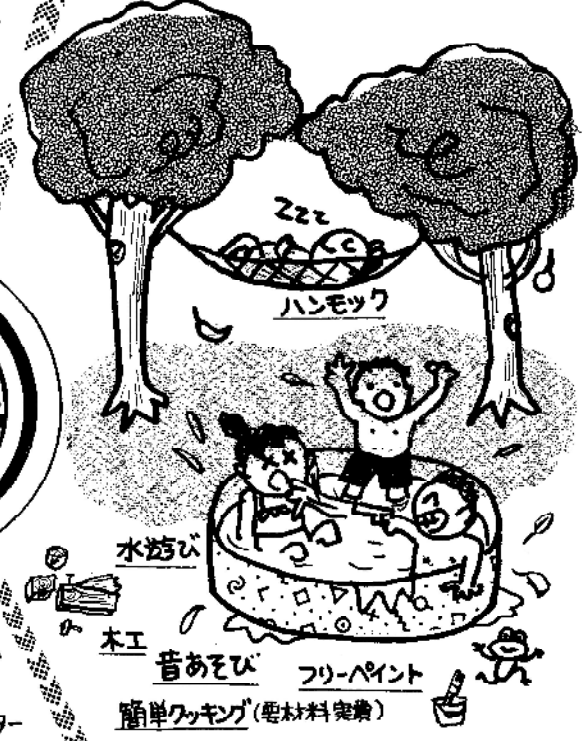
- ・南区福祉保健センターに登録している子育てサークルの活動を紹介します。
- ・ママたちが企画運営し、サークルだからできることを楽しんでいます。
- ・新入会員を募集しているサークルもたくさん!

みなさんも参加して、友達の手をぐーんと広げてみませんか。

### 18年度南区子育てグループ名簿

さくらザウルスの情報コーナーでごらんになれます

## 遊ぼう会へおいでよ! ~夏だ! プールだ!~



ハンモック  
水遊び  
木工  
音あそび  
フリーペイント  
簡単なクッキング(要材料費)

・幼児から大人まで参加自由。  
7月8日(土) 31日(月) 10時~13時  
8月8日(火) 23日(木) (雨天中止)  
弘明寺公園 遊具広場が  
展望台広場

汚れてもよい服・ぼうし・水分忘れず  
☆主催 お問い合わせ先  
みなみ遊ぼう会 ぷらねっと  
横田 TEL 045(743)9599

## 5・6月の行事より

**5/30 人気あそびセッション**  
15組の定員でしたが申し込みは2倍もありました。赤ちゃん時計チツク、タツクのおと、お母さんのひざの上で海の冒険へ出発!...と、終始 かわいい歓声が上がっていました。7月からは 定例のプログラムになります。

**6/5 ミニフリマ**  
奥の部屋にたくさん品物が並び、ほり出し物を求めて30組もの親子が来てくれました。子ども服が50円、100円などうれしい値段でした。次回は9月を予定しています。また来てください!

**コーヒーショップ 7/6 ぽれぽれ OPEN!**

★メニュー★  
ケーキセット ¥300  
オレンジジュース  
牛乳、卵、ピザパンほか

**7/1 記念バザー**

♡ハンディキャップを持つ方々の「地域作業所 ぽれぽれ」がコーヒーショップをオープン! 無添加「白神こだま酵母」使用のケーキやパン、ひきたてのコーヒーをおたのみ下さい!

★スワヒリ語 のんびり・ゆっくりの意味

★お申し込み先  
〒220-0801 横浜市南区南永田1-1-1  
ぽれぽれ 711-0067  
月~金 11時~16時

### 母と子のデザートレシピ ~おかずパン~

材料 ミックスベジタブル...100g 卵...1個  
ウインナーソーセージ...4本 牛乳...1/2カップ  
アロセステーズ...60g ホットケーキミックス...200g

1. ミックスベジタブルはレンジで約2分加熱する。
2. ボールにホットケーキミックスを入れ、牛乳、卵をよまぜたあと18cmの型に入れる。
3. 炊飯器に2を入れスイッチオン。

保温になって竹串をさし何もついておくれればOK.

ウインナーとチーズは5mm角  
→ ①  
→ ②  
→ ③

※ジャムやチョコレートを入れるとおやつパン!  
(スタッフ 古井丸まり子)

**HP ホームページ**  
「手作りおもちゃ」「お出かけ情報」の新コーナーができました。とんとんアクセスしてね!

**出張おはなし会**  
今回は7/4(火) 11:00~11:30  
中村地区センター 1Fロビー  
毎月第1火曜日

**おもちゃと絵本のバザー**  
7月20日(木) 10:00~  
木のおもちゃや絵本を驚きの安さで、早い者勝ちです。

### 今月のおすすめ絵本 7月のまき!

題名 「どろんこハリー」  
作者 シン・ジオン/文、マガレット・ブレイク・ワイルド/絵  
わたなべ しげお/訳 (福音館書店1964年)

おふろが大嫌いな黒いぶちのある白い犬ハリーは、外遊びで白いぶちのある黒い犬に変わってしまい、家に帰ってもなかなか気が付いてもらえません。そこで「ぼくがハリーなんだよ」と知っている限りの芸当をしてみせますが、やはりだめです。

すると突然ハリーは走り出し、庭に埋めたブラシをくわえ嫌いなはずのおふろに飛び込みます。やっと元の黒いぶちのある白い犬にもどったハリーは、お気に入りの場所ですぐぐり眠ります。自分のうち、自分のふとんってなんて気持ちがいいんでしょう。眠っているハリーを見てみんなも「お気に入りの場所がいちばん、自分のふとんがいちばん...」と胸の中でくり返しているにちがいない。このやんちゃな愛すべき『どろんこハリー』は、初版から40年経ても、今なお人々の絶大な支持を得ています。  
(スタッフ 金澤 和子)

**編集後記** あ〜あ! また夏が来た。海だ、プールだ、水着がこわい。(T.T) →のん太

## 手作りおもちゃと遊び方 プリンカップのガラガラ

プリンカップのフタのおもしろさを生かしたおもちゃ、いろいろな遊びを楽しみましょう。(スタッフ 平林 海子)

**その⑦**

作り方  
① プリンカップのあげ底部分にビーズ鈴を入れ、底どうしを合わせてビニルテープではさむ。  
② 口のふちにもビニルテープをはり、内側からマジックでもようを書けばできあがり

遊び方  
目を追わせたり、音を楽しませたり

応用) フタをほいほい玉を入れる

トレーで作ったフタ

なるべしボールがまわります

リレートーク

我が家の彼はもうすぐ5才のピカピカの幼稚園生! 今では体操教室で習った体操をしたり、とてもリアルな幼稚園ごっこをしたりと、ずかり一人前! モデルの先生を気の毒に思う母なのだ。

そんな彼にも重大な秘密がある! 今までお母さんもお父さんも彼の意志にまかせのびのび... 母も「ま、いいか」と2才終りにやとお離れできた。でも今だにお別れできないものがある。それは通称「ジジジ」一眠くなると私のひざにのり、下着の肩ヒモ、つまり「ジジジ」を指でさわるととても幸せそうな顔。奥はこの頃では、「ジジジ」のリクエストまでするしまつ! 母は「はずかしいやら、ほほえましいやら、こんなにすなおに甘えてくれるのも今のうちかな...」と思う今日この頃である。

・スタッフ ミケ尻 みどりさん



7月のさくらザウルス

月	火	水	木	金	土	日
	<b>さくらザウルス</b>				1	2
	(プログラムに参加しない方は11:30~)				休	休
3	4 母乳 おしゃべりサロン... 10時~11時半	5	6	7 赤ちゃんタイム 乳児向け 1時半~3時	8 土曜 閉館日 11時~2時	9
		参加費 200円 (サポーター 100円)	(プログラムに参加しない方は11:00~)			休
10 おはなし会 11:30~	11 保健師 もうだん日 1時半~3時半	12 ベビービクス (ひよこ) 10:00~11:00	13 リフレクソロジー DEリフレッシュ 予 10時~12時	14 あそびケーション 予 10時~11時	15	16
					休	休
17	18 ベビーマッサージ 予 10:00~11:00	19 ベビービクス (あひる) 10:00~11:00	20 おもちゃ病院 おもちゃ 絵本 バザー 10時~12時	21 ハンドトリートメント 予 10時半~12時	22	23
休 (プログラムに参加しない方は11:00~)					休	休
24 おはなし会 2:00~	25 リフレクソロジー 講座 予 10時~12時	26 わんぱくDAY 元気な 少し大きな お子さん 1時半~3時	27 保育士おだん日 1時半~3時	28 おたんじょう パーティー 11:00~	29	30
31 赤ちゃんタイム 1時半~3時					休	休

◆ 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 ◆

予 12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 3日より

予 19日(水) 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 10日より

各13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 800円 (サポーター 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、体を動かしましょう。

予 13日(木) リフレクソロジー DEリフレッシュ (10:00~12:00)

要予約 5日より 大人4人限定 先着順

ハンドタオル 参加費 1000円 (サポーター 700円)  
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。お子さんには保育者つきです

予 14日(金) あそびケーション (10:00~11:00)

要予約 6日より 8ヶ月~1才3ヶ月の親子15組限定 無料  
ベネッセコーポレーションと連携した遊びのプログラム。参加者  
全員に冊子「いっしょにあそぼ」を、さらにアンケート回答者には、  
ミニ絵本をさしあげます。※講座以外のご利用は11時から

予 18日(火) ベビーマッサージ (10:00~11:00)

要予約 7日より 2ヶ月~ハイハイごろ 8組限定 先着順  
飲み物、バスタオル、参加費 1100円 (サポーター 800円) オイル代  
含む  
「ベビーマッサージってなんだろう?」からお話する講座です。  
オイルの心地よさを体感してみてください。

※講座以外のご利用は11時からになります。

20日(木) おもちゃ病院 + おもちゃ&えほんバザー (10:00~12:00)

イマドキ「おさがり」は、かえて貴重? 木のおもちゃとえほんを驚きの安さで提供します。早い者勝ち!  
定例のおもちゃ病院も開催しています。

予 21日(金) ハンドトリートメント (10:30~12:00)

要予約 11日より 大人8人限定 参加費 1000円 (サポーター 700円)  
アロマセラピストが、ひじから指先までオイルトリートメント。調合したオイルをお持ち帰りいただけます。\*お子さんには保育者つきです

予 25日(火) リフレクソロジー講座(ハンドコース) 10:00~12:00

要予約 13日より 大人4人限定 先着順  
バスタオル 参加費 1000円 (サポーター 700円)  
ツボを刺激する健康法を手に応用したハンド・リフレクソロジー。  
\*お子さんには保育者つきです



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。