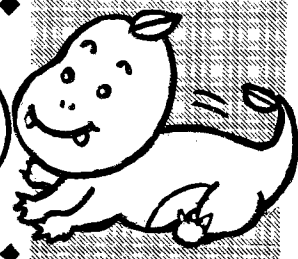


さくらザウルス通信

南区子育ての場

2015
4月号
NO.125

発行元 / NPO法人さくらザウルス



にこにこサロン

子



ナビニティス

プラス
毎回

ピラティスでママもにこにこ

10:00~10:30

10:30~12:00は

助産師 渡邊ケイ子

を囲んだサロンです

- ・ごあいさつの歌々
- ・みんなで自己紹介
- ・フリートーク



♥ おっぱいのトラブル、断乳や卒乳、イヤイヤ期の関わり方、きょうだいへの関わり方など自由に話し合えます。

♥ ご希望の方は、個別の相談もできます。お気軽にどうぞ。

出産・子育てで
疲れたカラダを
リフレッシュ!

インナーマッスル
をきたえるといいこと
いっぱい!

☆しなやかで
バランスよい
身体

☆自然治癒力が
アップ。
☆肩こり、腰痛
改善

ピラティス
講師 山田和美

☆気分
爽快!

☆ピラティスは

正しい呼吸に合わせて、体幹を意識しながら、ゆっくり身体を重力が全身運動。体力に自信のない人でも、無理なくできます♪

の声で「うらやま」

*みなさんの「もつと」身体を動かしたい

初回日程

4/10 (金) 蒔田 ひろば

どちらも
10:00
~12:00

4/27 (月) 六ツ川 ひろば

◆要予約◆

4月2日 10:00~
(711) 4666

4月16日 10:00~
(711) 4771

◆定員◆

各
10組

先着順

◆参加費◆

500円

(メイト
300円)

◆持ち物◆

汗かきタオル!

・動きやすい
服で

昨年行なった
言語講座は、今後
単発の企画として実施
する予定です

＊さくらザウルスは親子で立ち寄り自由にすごせる広場です＊

南区子育ての場
さくらザウルス
蒔田ひろば
一時預かり

(併設)
チャリティー
ショップ
*どなたでも
どうぞ...

〒232-0044 横浜市南区
榎町1-1-5 フレア吉原1階
045(711) 4666
045(711) 2665

住所
TEL
FAX

〒232-0066 南区六ツ川1-287-7
ザ・プランズビル南横浜一番館101
045(711) 4771
045(711) 6331

南区子育ての場
さくらザウルス
六ツ川ひろば
一時預かり
ミニチャリティーショップ

開館日 ▶ 月曜~金曜 (祝祭日・年末年始などのほか スタッフ会議などによる 特別休館日があります) *地図は裏面に
開館時間 ▶ 10:00~16:00 (12:00~13:30 ランチスペース設けます)
対象 ▶ 0~6歳のお子さんとその家族、マニティの方、南区在住以外の方も歓迎 利用は無料、登録は不要
E mail ▶ maitahiroba@sakurazaurusu.jp ホームページ ▶ http://www.sakurazaurusu.jp

*南区子育ての場さくらザウルスは、特定非営利活動法人さくらザウルスが、横浜市子ども青少年局の補助を受け運営しています。

（1面より）ピラティス 講師紹介
こんにちは！山田和美です



私がピラティスに出会ったのは2002年ごろ。エアロピクスのインストラクターをしていた時、同業者に勧められたのがきっかけでした。やってみると、ただきつだけの筋トレとちがいで、運動のあと身体が楽になったことを実感し、ピラティスの魅力にはまりました。

▲明るい山田先生
ピラティスのインストラクターになったのは、2006年。皆さんに伝える便利になってからの方が、自分自身の身体の状態がよくわかるようになりましたよ。ピラティスは老若男女に関係なく、どなたでもできる運動です。ぜひ遊びにいらしてくださいね。

今月のピックアップ ① 紙オムツから布パンツへ！



保育士相談日
4/27 蒔田ひろば 13:30-15:00
予約不要・無料 講師 三好三恵先生
テーマ以外の個別の相談もお待ちします！

今からチャレンジする方も... (井土ヶ谷保育園)
過去にチャレンジした方も... (育児支援担当)
気軽にご参加ください。

4/20(月) 蒔田ひろば 13:30-15:00
4/22(水) 六ツ川ひろば 13:30-15:00

予約不要 無料

キッズタイムで
*製作に必要なものは用意していき
*キッズタイム後も両ひろばで自由に作れます(プログラム時除く)
*自由な作品は6/1~12に展示した作品は見えます

今月のピックアップ ② こいのぼりを作ってひろばを飾ろう

2・3月の行事より
春から新生活の皆さんを応援
出発進行おはなし会。盛況

3/9 替え歌にウレシ 六ツ川ひろば (17組参加)

思い出の
①いつのおもいで
あんなに
あった
はがう
ママ
いつまでも
みたく

▲人形も使ったパネルシアター

リレポート
あんなに...
1歳頃から始まった。
優患の寝る前の儀式。自分の布団に寝かせても眠れない時は、ムクッ！と起きて、ママの布団に入ってくる。その後、ママのほっぺに自分のほっぺをくっつけて、しばらく静止。10分くらいして、安心したのか、ようやくママの布団で眠ります。

いつでも寝顔がよく、何でもやりたがるイチゴ前な娘だけど、こんな時は、まだ1歳で小さいんだなあとおもいます。早く成長してほしいような、このままでいてほしいような(笑)

中林恵さん・優患(ゆめ)ちゃん・1才5ヶ月

*お友達からお友達へとリレポートします
~その118~

2/25 蒔田ひろば保育士相談日に37組!!
保育園を知り安心スタート

井土ヶ谷保育園の三好先生から、保育園の年間行事と1日の流れのあと①工夫して時間をやりくり②入園前に準備したい物と人(いざという時の助っ人)について、教えてもらいました。



スタッフ紹介
編者 伊達美土里
編集 伊達美土里

入園や引越して新しい生活を迎える皆さんを応援するお話し会。六ツ川ひろばは、霧雨の降る日でしたが、開所と同時に、4月から入園するお子さんが、記念の手形をとるために次々と来所しました。

3/12 ひと言ずつ「旅立ちの感想」
蒔田ひろば(17組参加)

春からの生活を予感させるような絵本に続いて、スタッフが手品「ふしぎな部屋」(イラスト)を披露。みな興味津々でした。記念の手形メダルをお渡しする時、ひと言ずつ感想をいただきました。ここにきてママたちとおしゃべりしてリフレッシュ、ありがとうございました。(決さん・(歳児保育所へ)・生後2ヶ月ごろから利用、気付けば3年、下の子が生まれたので、また3年お世話になります。(福川さん3歳児が幼稚園へ) ほか

先日、約20年ぶりに漢字検定を受けてきました。きっかけは、テレビのワイド番組で漢検1級保持者のタレントが難問漢字を次々と当てる姿に感服されたから。目標は1級ですが、まずは2級に挑戦。テキストを用意して久しぶりに頭を使い、少し脳が活性化された気がして、これは続けられればボケ防止にもよいかも。まだ合格の結果は届きませんが、自己採点では一歩及ぼす...でも漢検の良いところは年齢制限がなく、年に3回チャンスがあること。目標達成まで長い道のりになりそうですが、あきらめず元気張ります。

NPO法人さくらザウルス
ひろば開設10周年記念講演
子どもと歩けば おもしろい
「たしかな自分」をつくる心の育ちと大人のかかわり
(2月20日 南公会堂にて)

講演の内容をまとめたものを両ページに
はるばるの幅でお配りします
ぜひお読みください

加藤 繁美先生
NPO法人さくらザウルス代表理事



子どものつばやきは、まるで詩のよう... 耳を傾けると、子どもの生きる世界が見えてきますよ

ことば(5歳) ああほく 日本にうまれてよかった 外国にうまれてたら ことばが全然わからなかったよ	おかしいな(3歳) おかあさん どうして外慣れは首で 中はどなの	なまはま(4歳) おかあさん おともだちが うりきれになっちゃった
--	---	--

子どもの心の発達
自我(自己主張)
第二の自我(社会的知性)
自我(自己主張)
親・保育者
自我(自己主張)
自我(社会的知性)
自我(社会的知性)
自我(社会的知性)

自我の誕生拡大の時期をきまざる
受け止めて 切り返す 関係

子どもの声や聞こくとは、子どもが自分らしく生きている姿を受け止めるということ。子育てはここから始まる。最後まで眠ることが大事。それだけで8割は充分。聴き取られることの心地よさを学んだ子は、自分の考えは世間に出してもいいんだということ学んでいく。

「自我」の塊のような子どもにどう立ち向かうか？ 大事なことは「自我」をちゃんと受け止めること。そういうと、「子どもがやりたいようにやらなさい」という人がいるがそれは「自我」を受け流しているだけ。反対に、子どもの自己主張が出るや無を言わずさびる人がいる。これも受け止めたとは言わない。ゴツ、を言います...

子どもが自己主張する時はいつもより 大きき声で早く言うので、その時大人は子どもが「でもね」と返す。そうすると、自我が弱くなった子どもの心これを根柢よくやる。

子どもが「自分の思いを受け止められた」と思っている時に、「でもね」と返す。そうすると、自我が弱くなった子どもの心これを根柢よくやる。

この関係をくり返すうちに、6歳までに起こる発達段階の変化(左図)を知って、1歳半から3歳の時期をきまんと過ごす、親は解放されていく、すごく楽になりますよ。

質疑応答 Q 1歳半から3歳までを大切にこの話でしたがもうその年齢を過ぎてしまった。
A. わらべ歌や絵本などを一緒に楽しみ共感するのは、あとからでも充分な方法です。もう一つ、親は苦手ですが、見たて遊び、ごっこ遊びを一緒にやる。頭の中で作った物語の世界を演じることが、第二の自我を育てます。

わかりやすい言葉で、大切なことを教えていただいた。わかってもらえるのは、5回に1回くらい、でも根柢よく...理想論だけじゃ、ないところがあった。

子どもの成長段階が、こんなに大切な時期の積み重ねであったのだとしみじみ感じた。今までの関わりを反省、言葉の大切さをおかした。

教えて! みんな どうしてる?

海の公園で潮干狩り

所在地 金沢区海の公園10番

無料 金沢シーサイトライン「海の公園南口」「海の公園築口」「八景島」下車2分

ゴールデンウィークのおすすめスポットを教えてください!

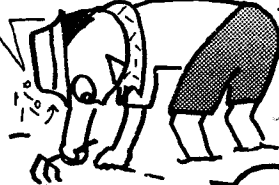
長男2歳。私は妊娠8ヶ月の時行きました。子どもはすぐに砂あそびになりますが、大人は「狩り」にハマります。迷子に注意。

駐車場の開く4:30に到着! 仮眠・朝食で干潮を待ちました

子どもがめちゃくちゃ喜んだ! めれても気にせず、海でのびのびふだんない解放感です。幼児づれには、小さな日除けテントがあるとべんりです。

…の問いに「海の公園潮干狩り」と即答したスタッフ2名。さっそく体験&注意を教えてくださいました

「海の公園」ホームページで、大潮時刻表が見られます。今年はGW後半(5/3~5)午前中がねらい目!!



(スタッフ 藤澤香)

(スタッフ 鏡自奈保子)

絵本の世界へ...

どろんこハリ-



「どろんこハリ-

ジーンズ/文 マガレット・ブレイナム/絵 わたなべしげお/訳 (福音館書店)

ハリ-は黒いぶちのある白い犬です。ハリ-はおぶろが大きいので、おゆを入れる音が聞こえると、ブラシをかけて遊びにでかけてしまいました。思いっきり遊んでどろんこになって帰ってきた。その姿は、白いぶちのある黒い犬。誰もハリ-だと気付いてくれません。ハリ-はどうするでしょうか…

ハリ-が元気いっぱい遊ぶ様子が、いきいきと描かれています。色は少ないのですが、そこがまた想像をふくらませてくれ、魅力的です。機関車やはたらく車がたくさん出てきて、乗り物好きにはたまりません。我が子は犬と乗り物が好きだったので、この本が大のお気に入りでした。そして小さい頃は、ハリ-のようにおぶろが苦手な逃げまわっていました。今思えば、ハリ-を真似して遊んでいたのかも… (スタッフ 末廣 有希)

一時預かりからのお知らせ(両ひろば)

【キャンセル】
当日のキャンセル(連絡なしを含む)は、1時間分の利用料金500円をいただきます。

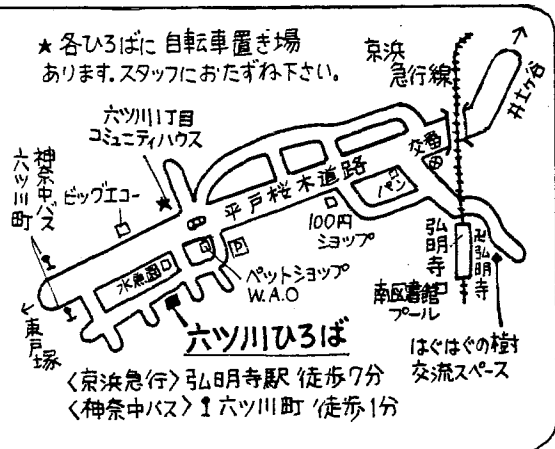
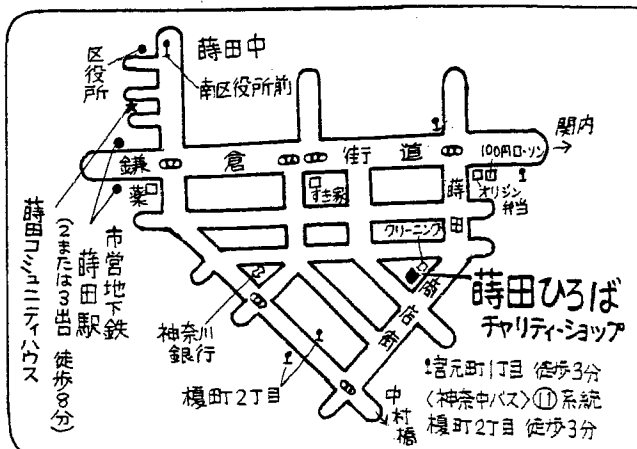
H27.4.1より、皆さまのご理解とご協力をおねがいします
なお、キャンセルの時は前日の16時までに各ひろばへご連絡ください。料金は発生しません。(土・日・休館日をはさむ時は、その前の開館日の16時までに)

両ひろばで一時預かり実施しています

遊びなれたひろばで、専任のスタッフがお子さんをお預かり。安心して利用できます!
*対象は各ひろばをご利用の方です。

ご利用にあたっては、まず説明を聞き、登録してください。各ひろばで随時受付

・お問合せは…
蒔田ひろば
(711) 4666
六ツ川ひろば
(711) 4771
ご利用の理由は問いません。お気軽にどうぞ…



発行元
NPO法人さくらザウルス
◆編集
市来栄子 鬼木貴子
片岡直子 末廣有希
千田康紀 田中伸江
藤澤香 横田美和子
吉原智嘉子
◆デザイン・イラスト
片岡直子

編集後記

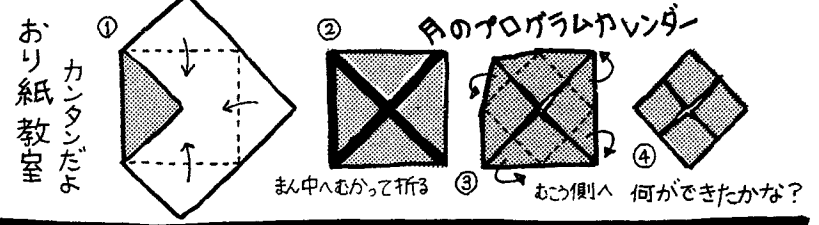
ご入園・ご入学おめでとうございます! ねんねの赤ちゃんだった子もハイハイ・たっち・あんよが上手になって…大きくなったね! ひろばの中で皆の成長を見ることができて嬉しかった。何よりママもたくましくなったことが嬉しい。楽しい毎日をご一緒に過ごしてください。

月	火	水	木	金	土	日
4月		1 休 チーム会・運営会	2 （月齢の制限はありませんが、0歳児を優先したご利用を…） 乳児向け 1時半～3時 中出張・中村地区センターへ	3 赤ちゃんタイム 乳児向け 1時半～3時	4 休	5 休 ふれあいパークまつり 時田公園
	6	7	8	9 （プログラムに参加しない方は12:00～） 10 にこにこサロン+ピラティス 10時～12時	11 休	12 休
13 （年齢の制限はありませんが、2～4歳児の参加が多いです） 中出張・永田地区センターへ	14 横浜子育てサポートシステム 入会説明会 10時～11時	15 おはなし会 11:00～	16 おもちや病院 10時～12時	17 赤ちゃんタイム 乳児向け 1時半～3時	18 休 （年齢の制限はありませんが、0歳児を優先したご利用を…）	19 休
20 キッズタイム 1時半～3時	21 休 スタッフ全体会	22 （プログラムに参加しない方は11:00～）	23 ベビー・ピクス 10:00～11:00	24 保育コンシェルジュ相談日 10時～12時	25 休	26 休
27 保育士相談日 1:30～3:00	28 お誕生会 11:00～	29 休 （お誕生月の方は10:50から写真をとります）	30 赤ちゃんタイム 乳児向け 1時半～3時	プログラムは携帯サイトからもごらんいただけます▶ （年齢の制限はありませんが、0歳児を優先したご利用を…）		



ましたひろば

このページの予約☎TEL 711-4666(10時から)



◆ 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。◆

3・17(金)30休 赤ちゃんタイム (1:30～3:00)
特別なプログラムはありませんが、0歳児親子が過ごしやすい時間帯です。同じくらいのお友達を作りたい方におすすめです。赤ちゃんタイム以外でももちろん0歳児はご利用できます。

予 10日(金) にこにこサロン+ピラティス (10:00～12:00)
要予約 2日より 参加費500円(メイト300円) 10組先着順
インナーマッスルをきたえる全身運動が、出産や育児で疲れた体をリフレッシュ。動きやすい服装で。後半のサロンでは、助産師を囲んで子育ての心配事などをみんなで話しましょう。月齢制限なし。妊婦さんも、希望者は個別の相談もできます。

予 14日(火) 横浜子育てサポートシステム入会説明会 (10:00～11:00)
参加費不要・電話で事前申し込み 731-2291(専用電話)
「子ども預かってほしい人」と「預かれる人」が登録して、地域ぐるみで子育てを支援するしくみです。登録を希望する方、関心のある方はご参加ください。※この時間、一般の利用もできます。

20日(月) キッズタイム (13:30～15:00)
予約不要・参加費不要 少し大きな活発なお子さんがのびのびと過ごせる時間帯。今回はこいのぼりを作って飾ろう。

予 23日(木) ベビー・ピクス (10:00～11:00) ※プログラム以外のご利用 11:00～
要予約13日より 3ヶ月(首のすわった)～1ヶ月前後(ヨチヨチ、アソビ前) 12組先着順 参加費500円(メイト300円) バスタオル、飲み物、ベビーマッサージや、リズムに合わせて赤ちゃん体操。親子のコミュニケーションとスキンシップがたっぷり。ママのためのエクササイズも。

24日(金) 保育コンシェルジュ相談日 (10:00～12:00)
無料 予約不要 当日先着8名まで
お一人15分程度の個別相談ができます。預け方や預け先(幼稚園や保育園など)の情報、その他手続きのことなど、お気軽にご相談ください。 ※プログラム以外のご利用もできます。

27日(月) 保育士相談日 (1:30～3:00)
無料・予約不要 育児支援担当の保育士さんがテーマを決めて話してくれます。手遊びなどのお楽しみタイムも。また、遊び生活、友だちづくりのことなど、テーマ以外の相談もどうぞ。今回のテーマは「トイレトレーニング」です。

28日(火) おたんじょう会 (11:00～)
おたんじょう月のお友達はもちろん、そうでないお友達も、みんなでお祝いし、おはなし会を楽しみましょう!

月	火	水	木	金	土	日
4月		1 休	2 ベビービクス 10~11時 （プログラムに参加しない方は11:00~） 出張 中村地区センター	3	4 休	5 休 ふれあいパークまつり 蒔田公園
	6	7 赤ちゃんタイム 乳児向け 1時半~3時	8 （月齢の制限はありますが、0歳児を優先しご利用を...）	9 おもちゃ病院 10時~12時	10 おはなし会 11:00~	11 休
13 歯科相談日 +10時~12時 出張 永田地区センター	14 （年齢の制限はありますが、2~4歳児の参加が多いです）	15 赤ちゃんタイム 乳児向け 1時半~3時	16	17 （お誕生月の方は10:50から写真をとりまします）	18 休	19 休
20 （プログラムに参加しない方は12:00~）	21 休 スタッフ全体会	22 キッズタイム 1時半~3時	23 横浜子育てサポートシステム 入会説明会 10時~11時	24 お誕生会 11:00~	25 休	26 休
27 にこにこサロン +ピラティス 10時~12時	28 赤ちゃんタイム 乳児向け 1時半~3時	29 休	30	4/5(日) 蒔田公園ふれあいパークまつり 11~15時 雨天中止 フリマに来てね!! 子ども服 ¥50~ 生ビールもっ煮 ワッフル やきとり etc 屋台充実!		

むつかわひろば+出張

このページの予約⇒TEL 711-4771 (10時から)



◆ 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 2日(木) ベビービクス (10:00~11:00) ※プログラム以外のご利用 11:00~

要予約 2日→受付中、次回5月7日→20日より

12組 先着順 参加費 500円(メイト300円) バスタオル、飲み物
ベビーマッサージやリズムに合わせて赤ちゃん体操、親子のコミュニ
ケーションとスキンシップがたっぷり。ママのためのエクササイズも。

7(火)、15(水)、28(火) 赤ちゃんタイム (1:30~3:00)

特別なプログラムはありませんが、0歳児親子が過しやすい
時間帯です。同じくらいのお友達を作りたい方におすすめです。
赤ちゃんタイム以外でももちろん0歳児はご利用できます。

13日(月) 歯科相談日 (10:00~12:00)

歯科衛生士の資格を持つスタッフがこの時間ひろばにいます。
歯に関する相談をお気軽にどうぞ。診断、治療などの医療
行為はしません。予約不要。無料

22日(水) キッズ・タイム (13:30~15:00)

予約不要・無料 少し大きな活発なお子さんがのびのび
と過ごせる時間帯。大きな紙にお絵かきをしたり、ねんど
で遊べるようご用意します。今回はこいのぼりを作って飾ろう。

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

予 23日(木) 横浜子育てサポートシステム入会説明会 (10:00~11:00)

参加費不要・電話で事前申し込み 731-2291(専用電話)
「子どもを預かってほしい人」と「預かれる人」が登録して、地域く
るみで子育てを支援するしくみです。※一般のご利用もできます

予 27日(月) にこにこサロン+ピラティス (10:00~12:00)

要予約 16日より 参加費 500円(メイト300円) 10組先着順
インナーマッスルをきたえる全身運動が、出産や育児で疲れた体
をリフレッシュ。重きやすい服装で。後半のサロンでは、助産師
を囲んで子育ての心配事などをみんなで話しましょう。月齢
制限なし。妊婦さんも、希望者は個別の相談もできます。
※サロン参加以外の方は12:00~

＊ 出張 ＊

5日(日) 蒔田公園ふれあいパークまつりをフリマ (11:00~15:00)

ほりだしものいっぱい! お花見ながら足をのぼしてね。雨天中止

出張おはなし会 2日(木) 中村地区センター (11:00~11:30)
2階会議室にて
13日(月) 永田地区センター (11:00~11:30)
1階グループ室(体育館横)にて

