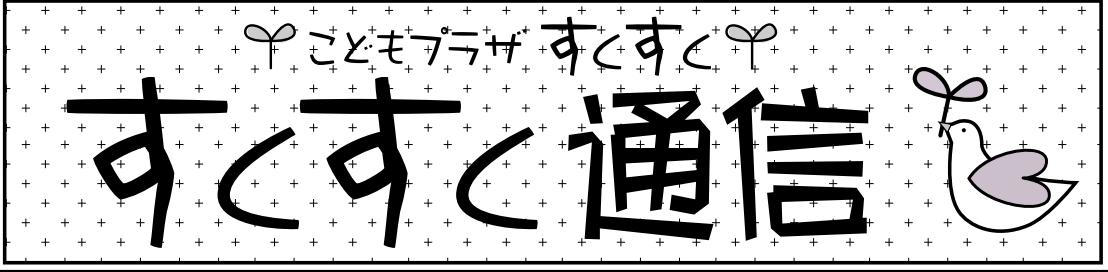
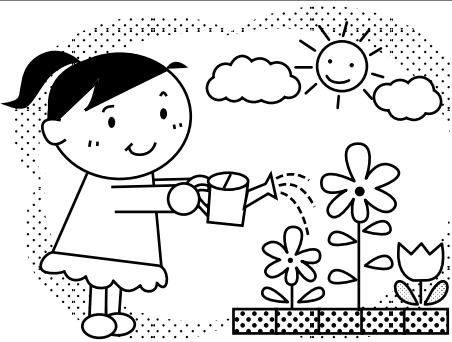


2011  
4  
Vol.43



## ■八代市子育て支援拠点事業(ひろば型)■

発行日 2011.4.1



桜も咲き春本番です。  
入園や進級でワクワク  
胸おどらせる季節ですね。



\*おしらせ\*  
~GW中の休みについて~  
5/2(月)5/3(火) 開館  
5/4(水)5/5(木) 休館

### 3/23(水) すぐすくミニ講座 『乳幼児の食事とお弁当』

3月23日(水)「乳幼児の食事とお弁当について」の講座がありました。

講師に栄養士の吉野啓子先生をお迎えしてお話を頂きました。

授乳期は携帯やテレビを見ながらではなく、赤ちゃんの目を見て語り掛けながら授乳する。

それにより栄養だけでなくコミュニケーション力の基礎を作っていく。

離乳食はごちゃごちご飯ではなく白いご飯とあかずを分ける。(素材その物の味を教える)

特別食ではなく大人が食べる物を取り分け薄めたり、つぶしたりして与える。

好き嫌いについては食べないからと決めつけてあげないのでなく工夫して根気よくあげつづけること。

お弁当は前の日の残りやあにぎりに少し具を加えたりするだけよい。

お店のお弁当は大人の味なので子どもには塩分などが多く、腎臓などに負担を与えてしまう。

また、離乳期からの噛むことの大切についてはあごの発達や歯並び、言葉を話す時の滑舌などにも影響してくる。

食べることは心と体の健康につながる大事なことだということを沢山の事例を加えて分かりやすく話して頂きました。

**みなさんの感想**■幼児(3~5才)までの詳しい食事についてのお話をうながすところです。■基本的に話を聞いて大切にしていかなくては…と思いました。■食に対して考えが甘かったことに気づかされた。もっと料理上手になれるといいな。。。■おやつはクッキーなどよりも、芋やご飯を使ったものがいいとわかった。■何でも手作りのほうがいいですが、手作りでも難しいと長続きしませんが、簡単なジャガイモ団子は誰にでもできると思いました。■食育は生きる力の素づくりで、料理は食品の化学変化といわれたことにも納得しました。■食育においてのニュースや本やTVでの情報もいろいろ聞けた点がよかったです。■バランスのよい食事を心がけること、素材の味を大切にすることなど、いろんな味を大切にする事などいろんな話が聞けてよかったです。■食品について食事について幅広くお話をいただきとっても勉強になりました。手作り大変ですが、子どもの体の成長のため頑張りたいです。食品の添加物についても気になっていたのでお話を聞けてよかったです。

■開館時間 10:00~16:00

■休館日 月曜日・木曜日

(休館日が祝日の場合は、翌日休み)

八代市本町3丁目1-29号

八代ショッピングセンター2F (1F マックスバリュ)

※託児施設ではありません。必ず保護者とご利用ください。

TEL/ 0965-32-0404

FAX/ 0965-32-0406



<http://toraneco.net/sukusuku/> (ホームページ)

<http://sukusuku8246.seesaa.net/> (お知らせブログ)

『こどもプラザすぐすく』は八代子育てサークルネットワークレインボーグが八代市の委託を受けて運営しております。

# Calendar

2011 April 4月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					1	2
3	4 休館	5	6 ★発達相談 (10:30~12:30)	7 休館	8	9
10	11 休館	12 ★ すくすく ほっとサロン (10:30~)	13 ★母乳育児相談 (10:00~11:55)	14 休館	15	16
17	18 休館	19	20 ★すくすくミニ講座 (10:30~)	21 休館	22	23
24	25 休館	26	27 ★発達相談 (10:30~12:30) ★成長記録の会ふたば (10:30~11:30)	28 休館	29 昭和の日	30

★6日・27日/『発達相談』  
10:30~12:30 植草みどり

★12日 /すくすくほっとサロン  
『子育てフリートーク』10:30~  
進行:澤井 美香  
(Nobody's Perfectアソシテー)-タ-

★13日/『母乳育児相談』  
10:00~11:55 児浦 ミキ氏(助産師)

★20日/ すくすくミニ講座  
『ファミリーサポートってなあに?』  
講師:ファミリーサポートセンタースタッフ

★27日/ すくすく成長記録の会  
『ふたば』10:30~11:30  
身長・体重測定

★ランチタイム  
11:30~12:30です。  
時間内の利用をお願いします。

## 八代子育てサークルネットワーク レインボー



市内各地で開催されているレインボーに登録されているサークルの情報です。  
※サークル資料はすくすく内にあります。興味を持った方は問い合わせてみてくださいね。

おひらせ  
情報板

### ■お話ボランティア山猫軒

定例おはなし会 毎月第4土曜日14:00~  
せんちょう図書館

### ■やつしろ子ども劇場(会員制/月1200円)

4/1~春休み子どもの家 /新一年生から  
4/3 こども博にてかえっこショップ  
(使わないおもちゃをかえっこ)

### ■『子育てひろば なかよし文庫』

(手遊びゲーム、絵本のよみきかせ、作って遊ぼう、絵本の貸し出し等)  
毎週月曜日(祝日は休み)10:00~12:00  
本町3丁目/コミュニティハウスこどもの城

### ■おもちゃの広場実行委員会

第3月曜日(祝日の場合は第4月曜日)  
本町3丁目/コミュニティハウスこどもの城

### ■おっぱい俱楽部 例会

4/30(土)10:00~八千把公民館 和室  
母乳育児に興味のある人の情報交換をします。

### ■きららくらぶ(親子リズム体操・季節の行事など)

毎週金曜日 10:30~ 八千把公民館 2F 講堂

### サークル交流会☆レポート

3月10日(木)代陽公民館でサークル交流会が開かれ、親子あわせて50名ほど  
の参加がありました。親子遊びを中心とした、サークルの紹介やティータイムもありました。

#### ■感想~アンケートより~■

八代は子育てしやすい環境だと改めて思いました。おかげさまで子育てが楽し  
いています。>気になっていた:サークルが少ないので、情報が聞けなくてよかったです。

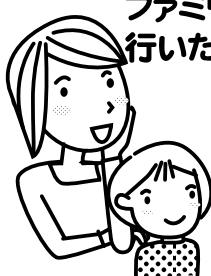
>親子遊びなど楽しかったです。このような企画があると子どもも喜び、わたしも  
リフレッシュできました。>カフェタイムでお話できてよかったです。>八代に来て4年で  
すが、こんなにたくさんのサークルがあるとほれぼれしました。>あそひの時間とても  
興味を持って見ていたのが印象的でした。



## ファミリーサポートセンター

(こどもプラザすくすく内)

※要会員登録※ 0965-32-0404



ファミリーサポートセンターとは、八代市にお住まい又はお勤めで、育児の援助を受けたい人と  
行いたい人が会員となり育児について助け合う相互援助組織です。

\*残業のときのお迎えやその後の預かり

\*保育園の送迎を頼みたい

\*子どもが病気、でも仕事を休めない

など、そんな時、講習を受けた会員さんへお願いすることができます。  
今は使わなくても、登録を先にしておけば、  
急に使う必要ができても安心です。

### 会員の種類

1.『子育て支援を受けたい人(利用会員)  
2.『子育て支援を行いたい人(提供会員)

会員登録をされた方は利用会員、提供会員とも、  
所定の講習を受けていただきます。  
(会員登録および受講無料)

3.『1と2の両方の人』 (両方会員)

なお、講習の日程等については後日お知らせします。

※活動中の事故に備えてセンターが一括して保障保険に加入いたします。

(平日) 午前7時~午後8時まで

1時間 600円

(上記時間外および土・日・祝日)

1時間 700円

### 受付

火・水・金・土・日

(月・木休/祝日の場合、翌日休)

午前10時~午後6時

(以外は、留守番電対応)

月・木曜日は、こども家庭課が対応

TEL 33-8721

※ただし、援助活動には、休みはありません