



7月学習会案内



【すくすく子育て講演】

**『みんな悩んで親になる』
～乳幼児とメディア編～**

日時：7月3日（金）

受付 9:45～

開始10:10～

**会場：中央公民館
大集会室**

講師：中谷 通恵氏
NPO法人 お助けネット 代表理事

時間が早めになって
おります。がんばって
準備してくださいね！

講師プロフィール 1960 年函館生まれ、
苫小牧育ち。白老町在住。NPO法人お助けネ
ット代表理事。現職の他、「子どもとメディア
北海道」事務局長なども兼務。小学校の教員、
自身の子育て、子育て支援の活動を通しての講
演・執筆活動も多数。

【タイムテーブル】

9:45～	受付
10:10～	講演
11:40～	子どもと合流
11:45～	親子たいそう
11:50	次回予告・解散

昨年度、中央・西公民館で実施し、
大変好評だったすくすく子育て講
演。今年度は、東公民館においても
開催することになりました。

子育て相談のエキスパート、中谷
先生による講演。今回は、特に電子
メディア（テレビ、ゲーム、スマホ
など）に関わることに重点を置いて
お話をしてくださることになって
います。

「見せすぎ、やらせ過ぎがよくない
のはわかるけど、頼らざるを得ない
時だってある！」

「外で遊んだり、いろいろな体験を
させたりするのが大事なのはわかる
けど、危険もいっぱい。それに、実
際、時間にも心にも余裕がない…」

そんなおかあさん達の切実な心の
叫びにも、耳と心を傾け、
お話をしてくだします。
どうぞ、お楽しみに！



* 今回の講演は、以下の「学びの木」の発達課題に関わる内容となります。

- ・ 喜びや不満の感情をきちんと受け止めてみましょう
- ・ 子どもによりそい、子どもの気持ちを受け止めてみましょう
- ・ 2歳までは、テレビを控えましょう

* 今回の学習会（講演会）は、託児を行うため申し込みが 必要
です。詳細につきましては、次のページをご覧ください。

託児と申し込みについて

託児は不安？

今回の講演会は、おかあさん達に“ゆっくり”“じっくり”

話を聴いていただきたいと考えておりますので、完全託児を

目指して実施いたします。お子さまを預けることに不安や抵抗を感じる方もいるかと思いますが、今までに、託児をお願いしたのはいいけれど、泣かれて大変な思いをしたなど、苦い経験のある方もいらっしゃるかもしれませんね。まったく問題なく遊んで過ごせる子もありますが、たいていの子は、いつもそばにいてくれるおかあさんと離れるのですから、不安や寂しさで切ない気持ちになるものです。

でも、がまんは1時間半。(とはいえ、長くて辛い時間になってしまう子もいるかもしれませんが……。)

今後、子どもが幼稚園や保育園に行くようになれば、嫌でも子離れしていかなければいけません。また、これから先、どうしても子どもを預けなければならないことが起きるかもしれません。美容院や病院も、子どもを預けて行くことができるようになると、とてもラクですね。

まだ、一度もお子さまを預けたことのない方は、まずは練習のつもりで預けてみましょう。

泣き続けるのもあり、暴れるのもあり、固まるのもあり、泣き疲れて寝てしまうのもあり、大いに楽しむのもあり。講演が終わったら、どんなわが子の姿もしっかり受け止め、ギューっと抱きしめてあげてください。そして、「ありがとう!」「よくがんばったね!」「おかあさん(ママ)、うれしかったよ!」と声をかけてあげてくださいね!

この講演会は、お母さんの心のリフレッシュの場としての意味もあります。ほんのわずかな時間ではありますが、子どもと離れることによって、子どもがより愛しく感じられると同時に、子どもに対しても優しい気持ちになれるものです。新たな気持ちでわが子と向き合えるよう、一人でも多くの方の参加をお待ちしております。

なお、託児はすすくスタッフ、プーハウス様などに依頼する予定です。託児業務を依頼する都合上、事前に参加人数を把握したいと思います。

ご面倒ですが、講演会に参加できる方は、下記の申込用紙に必要事項を記入し、以下のいずれかの方法で申し込みください。

【申し込み期日】

6月18日(木)

【申し込み方法】

①民館事務所に直接提出

②メール tyuou@betsukai.jp

(※必要事項を打ち込んでください。)

③FAX 75-0750

④公民館に直接電話 75-2146

⑤6月学習会時に提出(0,1歳児クラスのみ)



【託児用持ち物】

着替え・汚れた物を入れる袋

必要に応じて…オムツ・おしりふき・ミルク・水分補給飲料

*かばん(袋)に持ち物一式を入れ、名前がわかるようにしておいてください。持ち物にもできるだけ名前をつけてください。

*授乳中の方は、講演開始の直前に与えるなど、授乳時間の調整ができるといいですね。

*緊急時のみ、講演中であってもおかあさんに声をかけることがあるかもしれません。

*授乳と排泄の状況、その他、特に気をつけてほしいことがあれば、下記申込書に記入してください。

7月3日(金)すすく子育て講演に参加します。

学習者(母)氏名→	託児経験 有・無		
子ども名 ↓	授乳の状況	排泄状況	特記事項(アレルギー等)
	母乳・ミルク・卒乳	オムツ・トイレ(大・小)	
	母乳・ミルク・卒乳	オムツ・トイレ(大・小)	

*該当する項目に○をつけてください。㇏ トイレで大便ができる、小便ができるの意味。

7月体験教室の案内

対象：東公民館生

☆ 行 き 先：別海消防署・憩いの森

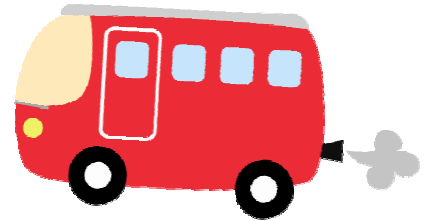
☆ 実 施 日：7月7日（火）

***雨天の場合
7/21(火)に延期**

☆ 交通機関：公民館バス

☆ 日 程：以下の通りです。

***参加申し込みについては、
次のページをご覧ください。**



別海消防署・憩いの森行き

10:15 公民館ロビー集合 *受付を済ませてください。

10:20 出発

10:55 別海消防署到着

*例年行っている消防車や救急車の見学だけでなく、訓練の様子も見学する予定です。

11:45 憩いの森へ移動（徒歩）

12:00 昼食

12:30 公園遊び体験

13:05 帰りの準備

13:15 バス集合

13:20 出発

13:55 公民館到着・解散

消防署訓練見学

初の試みとして、訓練の様子を見せていただくことになっています。

どんな訓練を見ることができるのかは、当日までのお楽しみ！

きっと、カッコいい隊員さん達の姿に、特に男の子は釘付けになることでしょう。（おかあさんも！？）

ちょっと大げさかもしれませんが、「こんなお仕事があるんだな」という将来を見据えた職業教育の一環とも捉えることもできます。もう数年たったら、「大きくなったら、消防士になりたい」「救急救命士になりたい」と夢を語るようになるかもしれませんよ！

**憩いの森では、外遊びを
いっぱい楽しみましょう！**

【持ち物】 お弁当、飲み物、帽子、着替え、虫除け、敷物、ゴミ袋
その他、必要に応じて、タオル、おやつ、ベビーカーなど



*7月21日も雨天の場合は、中央公民館にて遊び体験を行います。
出発時間、帰りの到着時間については同様です。

体験学習参加申し込みについて

バスを使う体験学習については、出席の確認を取らせていただきます。

参加できる方は、実施案内をご覧になった上で、申込用紙に必要事項を記入し、以下のいずれかの方法で、期日厳守で申し込みください。

＊雨天延期になった場合にも参加できるかどうか確認する項目がありますので、該当するものに○を付けてください。

＊延期等の連絡は、当日の朝9時前後にメール（登録者）または、電話・FAXでお知らせします。

【申し込み期日】 7月3日（金）

【申し込み方法】

① 学習会時に提出

② 東公民館事務所に提出

③ メール tyuou@betsukai.jp

（＊必要事項を打ち込んでください。）

④ FAX 75-0750（中央公民館）

⑤ 東公民館に直接電話 86-2141



キ-----リ-----ト-----リ-----

すくすく学級 7月体験学習について

☆雨天延期になった場合も含めて、参加できるかどうか、該当する項目に○をつけてください。

学級生（母親）氏名

- ① 7月7日、21日（延期の場合） 両日とも参加できます。
- ② 7月7日のみ参加できます。
- ③ 7月21日（延期の場合）のみ参加できます。

体験教室参加にあたって

☆バス乗車の注意

- ・事故防止のため、お母さんと2点式シートベルトが着用可能なお子さま（健康保持上適当でない場合を除く）につきましては、シートベルトの着用をお願いします。
- ・安全面を考え、お子さま（幼児）が一人で座る場合は、通路側の席は控え、窓側の席をご利用ください。一人で座れないお子様は、お母さんの膝の上で、しっかり抱きかかえてください。
- ・乗車中は、危険のないよう注意を促し、しっかり見守りください。
- ・乗車人数が多くなる場合は、中央の折りたたみの座席を使用することもあります。お子さまだけの利用は禁止といたします。急ブレーキをかけた時に、座席から飛び出す危険性がより高くなります。最後尾中央の座席についても同様です。
- ・運行中は、立って歩かない（歩かせない）でください。
- ・おやつなどを食べた場合は、降りる前に、座席周辺にゴミや食べかすが落ちていないか確認してください。ゴミは、基本的に各自持ち帰りとなります。
- ・オムツの取れている子（取れかけている子）は、乗車前にトイレに誘ってください。

☆別海消防署での注意

- ・危険物もあり、消防署前には、交通量の多い道路があります。子どもが勝手に走り出していないよう、しっかり見守りましょう。

☆憩い森公園利用の注意

- ・到着後、すぐ昼食になります。遊具に向かって直進する子いるかもしれませんが、上手に声掛けできるといいですね。（周りのおかあさんの声も有効です。）
- ・遊具を使う時は、順番を守ることや譲り合うことを声掛けしましょう。（できなくても「まずは！」です。）
- ・遊具が若干大きめのため、大人の見守りが必要となります。必要に応じて、サポートしながらどんな遊びに興味を持つか観察してみましょう。
- ・遊具遊びだけではなく、公園内の散策も楽しめます。また、気温が上がれば水遊びも可能です。自然と触れ合いながら、親子のコミュニケーションもいいですね。
- ・ゴミは、各自持ち帰りとなります。

* 困ったことなどがありましたら（お手洗いにいきたい、下の子を見ていてほしいなど）、遠慮せずにスタッフに声をかけてください。

*** こんなことを頭の片隅に入れて、子どもたちの様子を見守ってみましょう！**

バスに上手に乗って
いられるかな？

消防署では、
どんな場面に興味を
もったかな？

どんな遊び、
どんな風景に
興味をもったかな？

どんな声掛けに
どんな反応を
するかな？

遊び、片づけ、昼食、
帰りの準備、うまく
気持ちを切り替えら
れるかな？

2歳、3歳になっても、おともだちと一緒に仲良く遊ぶのは簡単なことではありません。一見、わがままと思えるような言動も、立派に自己主張できる証拠。何かあった時には、子どもに声を掛ける前に、まずどんな気持ちでいるのかに心を寄せてあげたいですね。

0歳児は、見学が中心になるかもしれませんが、いろいろな場面で声かけ（実況中継）をしながら、反応を楽しみましょう。