

ほっぺ・すてっぺ・キッズ

第94号 平成31年1月25日 発行



子育てを楽しもう

“良い加減”な 子育てのすすめ

「あの人はいいかげんな人だ」とか「もういいかげんにしなさい」など“いいかげん”というあまり良くない意味で使われますが、“良い加減”といえは悪い印象はありません。

私は以前から“頑張らない”子育ての具体的な方法として“良い加減な”子育てをすすめています。

3歳までの子どもはまだ生後の環境の変化に影響を受けていません。つまり子どもの行動や身体のあり方は親から受け継いだ“性質(たち)”がそのまま現れます。“良い加減な”子育てとはその子どもの“たち”を見極め、それに逆らわない個人差を尊重する子育てのことです。

重要なことは、叱るかほめるか、見守るのか口を出すのか手を出すのか、その“加減”を計ることです。子どもとの付き合いをしながら、失敗を恐れずその子に合った“良い加減”を見つけましょう。きっと子育てが楽しくなるはずです。

子どもの館 子育て相談医 廣澤 元彦 (市立医療センター名誉院長)

原 ケイコ先生のお口のはなし
(歯科医)舌のこと その4
舌は大活躍していますよ！

骨格筋の筋繊維には、色調が赤い筋繊維と白い筋繊維の2種類があると言われています。赤い筋繊維が赤いのは、血液中の赤い色素でヘモグロビンが多く含まれているからと言われています。赤い筋繊維は、速い持続的な力を発揮すると言われていますが、赤筋は速い収縮運動ができないことから「遅筋」と言われているようです。白い筋繊維は、瞬発力に富むことから「速筋」とも言われています。

舌筋には、これらの両繊維が混在していると言われています。

だから、舌はいろいろな動きを目的に添い、自由に協調しながら、瞬時に動かせるのですね。

キッズハウス2月スケジュール

- らくがきタイム (毎日)
10:00~16:00
 - おたのしみタイム (平日のみ)
13:00~ (手遊び・紙芝居・大型絵本など)
 - おはなしの会 (北九州市立八幡図書館)
2日(土)13:30~
 - 個別子育て相談 (小児科医)
5日(火)13:00~15:00
 - おやこ de ふれあいタイム「おひなさまを作ろう！」
12日(火)13:30~14:30
 - 子育て勉強会 (小児救急看護認定看護師)
テーマ「子どもの冬の病気」
14日(木)14:00~15:00
 - 手作りおやつ試食会 (食生活改善推進員協議会)
メニュー「日の出かん」各回先着50名
17日(日)①12:30 ②14:30
 - 子どもとママのお口の相談 (歯科医)
19日(火)13:30~15:30
 - 栄養相談会 (栄養士) & 子育て相談 (保育士)
21日(木)13:00~16:00
 - おっぱい相談 (助産師)
22日(金)12:00~16:00
- ※都合より開催内容や時間が変更になることがあります。



♪ パパ！おじいちゃん！出番ですよ♪



男2代の子育て講座

2月10日(日) 10:00~15:30

対象：1歳未満および1年以内に誕生予定のお子さまのパパ、またはおじいちゃん

おむつ替え、沐浴、離乳食の試食、ふれあい遊びなど、子育て・孫育てを楽しくするヒントがいっぱいです。

パパやおじいちゃんだけではなく、ご家族での参加も大歓迎です。また、参加のママとお子さまには当日利用できる「キッズハウス入場券」をプレゼントします。

是非、皆様で参加してください。



※写真は、以前の様子です。

※全ての講座を受講された方には、ソフリエ、パパシエの認定証を授与します。



☆親子で作ってみよう!☆

もうすぐ、バレンタインやひなまつりなどたくさんのイベントがやってきます。

今回は、子どもさんと一緒に作れる市販アレンジを紹介したいと思います。是非、子どもさんと一緒に、楽しく作ってはどうか？



【材料(約5人分)】

- ・市販のロールケーキ 10切れ
- ・生クリーム 200ml
- ・砂糖 大さじ1半位
- ・いちご 10粒
- ・ぶどう 10粒
- ・ブルーベリー 10粒

【作り方】

- ① フルーツは、トッピングしやすい大きさに切っておく。
- ② ロールケーキ2切れを1組として、間に生クリームを塗ってサンドし、周りにも塗り、お好みで絞り袋に入れて絞る。
- ③ 最後に、フルーツなどをトッピングする。

※フルーツはお好みの物で大丈夫です。また、トッピングシュガー・カラースプレー・アラザンなどを使うと、小さな子どもさんでも簡単に楽しむことができます。

☆スタッフコラム☆

外の寒さに負けず、キッズハウスに遊びに来る子どもたちは毎日元気いっぱいです！

先日、「まだ帰りたくない！」と泣いている子どもさんがいました。キッズハウスで楽しく遊び、帰りたくないと思う程楽しんでくれたんだなと嬉しく思いました。

寒い日でも暖かい暖房の効いたキッズハウスで、親子一緒に思いっきり遊んでみませんか？



北九州市立 子どもの館

開館時間 10:00~19:00

休館日 2月6日(水)、20日(水)

キッズハウス(未就学児とその保護者)入場料大人200円・小人50円(1歳未満は無料)

子どもの館では、楽しいイベントがたくさん！HPやイベントカレンダーなどでお知らせしています。都合により、イベントの内容・休館日は変更することがあります。詳しくはお電話でお問い合わせください。