



1月

たるうえじどう

樽上児童センターだより

瑞浪市樽上町1丁目77番地 市民福祉センター内 Tel.68-0626
2018、1 ホームページアドレス <http://www.m-shakyo.org>



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	年末年始お休み			お正月あそび	お正月あそび	心の相談日
7	8 成人の日	9 自由遊び	10 自由遊び リサイクルデー	11 自由遊び トルペイント	12 自由遊び	13 運動遊び
14	15	16 ノントン 絵本の日	17 子育て相談日	18 ノントン	19 ノントン 命を守る訓練	20 自由遊び
21	22 自由遊び お面作り	23 ノントン 英語の日	24 子育て相談日 リサイクルデー	25 ノントン よっちゃん体操 トルペイント	26 ノントン	27 自由遊び
28	29	30 ノントン 1月生まれの子の 誕生日会	31 自由遊び バランスボール エクササイズ	ノントンとは0歳～未就園児対象の親子 教室で会員制ではありません。気軽に参加 して下さいね！		

*年明けのノントンは1月16日(火)から始まります。遊びに来て下さい！



あけましておめでとうございます！

昨年は地域のみなさま、利用者のみなさまには、
日ごろからのご理解とご協力、ありがとうございました。
今年もみなさまに楽しんでもらえる児童館をめざして、
がんばっていきたいと思います。遊びに来て下さいね！

今年もよろしくお祈いします (^o^)/



ノントンのお知らせ

16日(火) ノントン始まり
絵本の日

23日(火) 英語の日

19日(金) 命を守る訓練

25日(木) よっちゃん体操

22日(月)～26日(金)
鬼のお面作り

31日(火) 1月生まれの子の
誕生日会

*豆まきは2月1日(木)に行います。

*1月26日(金)までに申し込みを
お願いします。



「ノントン」ってなんですか？

乳幼児とお母さんのふれあいの場、お母さん同士が出会える場です。

毎週火・木・金曜日の 11時から親子でのふれあい、手遊び、誕生日会など親子で楽しくあそぶことのできる時間を提供しています。

月に一度「絵本の日」「よっちゃん体操」などもあります。

気軽に遊びに来て下さいね！一緒に楽しい時間を過ごしましょう！

☆利用の仕方などわからないことがあればいつでも職員に聞いてください。



子育てワンポイント

子育て中のあなたへ ～自分の気持ちに寄り添う～

子育ては、思い通りにいかないことばかり・・・でも、そのイライラは本当に“子どもが原因”なののでしょうか。体調が良くなかったり、夫が話を聞いてくれなかったり、周りからの目に見えないプレッシャーに押しつぶされそうになっていたり、自分のやりたいことをいっばい我慢していたり・・・実は、本当に子どもが理由でないことも多いのです。

イラッとしたら、まず目を閉じてみましょう。そして、自分の本当の気持ちに目を向けてみましょう。自分の心の声をしっかり聞いたら、その「本音」を、実際に声に出してつぶやいてみます。独り言でかまいません。腹の立つこと、辛いこと、落ち込んだこと・・・声に出して言ってみると、意外な効果があるものです。気持ちを声にすることで、ストレスの解消だけでなく、自分のイライラの根っこを見直したり、感情を整理したりできるのです。

「一人で声に出してみたけど、やっぱり感情が整理できない」というときは、誰かに話してみましょ。色々な相談機関を気軽に利用してみるのもいい方法です。話を聴いてもらううちに、きっとよい良い方法に気づけるはずですよ。

「岐阜オレンジリボンたすきリレー実行委員会 パンフレットより」

職員もいつでも話を聞きます。気軽に話して下さいね☆

