

さあ! 元気に出かけましょう。お友達も待ってるよ!

参加の申し込みはいりません。気軽に参加してください。活動時間10:30~11:30

いつ	何を	どこで
2月 3日(火)	おはなしひろば	やしろこどものいえ
4日(水)	0歳児ひろば	
6日(金)	おひさまひろば	
12日(木)	お誕生会「1・2・3月生まれのお友達をお祝いしよう」 (1・2・3月生まれのお友達は事前にきららまでご連絡ください)	滝野児童館きらら
13日(金)	あそびのポケット	やしろこどものいえ
17日(火)	おはなしひろば	
18日(水)	つくってあそぼうひろば	
21日(土)	紙芝居とおりがみのひろば 活動時間14:00~15:00 持ち物...おりがみ	紙芝居「おひやくしょうとめうし」 おりがみ「どうぶつおりがみ」 21日のみ小学生対象
24日(火)	つくってあそぼうひろば	やしろこどものいえ
25日(水)	おひさまひろば	

参加の申し込みをしてください。

親子工作教室 「ミニびなをつくらう」

日 時/2月28日(土)14:00~15:00
対 象/幼児~小学生の親子 15組程度(先着順)
参加費/不要 持ち物/のり・はさみ・おりがみ
場 所/やしろこどものいえ工作室
申し込み/2月21日(土)までに
やしろこどものいえへ
お申し込みください。



アンティママの巡回相談(10:00~14:00)

2月 4日(水) やしろこどものいえ
6日(金) 滝野児童館きらら
12日(木) 東条鯉こいランド

やしろこどものいえ
☎42 8543 開館 9:00~17:00
滝野児童館きらら
☎48 0765 開館 9:00~17:00
東条鯉こいランド
☎46 0576 開館10:00~14:00

子育てママを応援します!

ストップ! 育児ストレス

子育て中のママであれば、育児ストレスを感じる事が多いはず。一つのストレスが解消されないと、それがどんどん積み重なって悪循環を起こしていきます。あなたはどんなことでストレスを感じますか?

育児ストレスチェック

自分の時間がない 夫が育児・家事に協力してくれない
育児に自信が持てない 子どもが言うことを聞かない
誰にも認めてもらえない この子のせいで...と思うことがある

ストレスが積み重なって...



上のチェックが当てはまる方は...

子どもの見かたを少し変えてみましょう

できなかったことを叱るより、できたことをその場で、すぐに、具体的にほめてあげましょう。例えば...

歯を磨く時、仕上げ磨きをさせてくれる 「がんばったね」
何かもらった時、ありがとうと言う 「えらかったね」
お片づけを始める 「お片づけやってるね、すごいね」

一人で悩まないで...

子育てをしていたら悩みはつきませんね。でも、それはあなたただけではありません。一人で悩まないで、友達、家族、保育園や保健センターなどで、気軽に相談してみましょう。誰かに話を聞いてもらうと少しほっとしたという経験はありませんか? 誰でも良いので、ちょっとグチをこぼしてみてください。



ほめられることで
子どもの行動が
変わるかも

うまくやれなかったとしても、
頑張ったことをほめてあげましょう。