

市外おすすめスポット

「豊田市こども図書館」子どもが騒いでも大丈夫な図書館。日曜日も開いているのがうれしい♪
住所／豊田市高橋町3丁目100番地
TEL／0565・88・1322

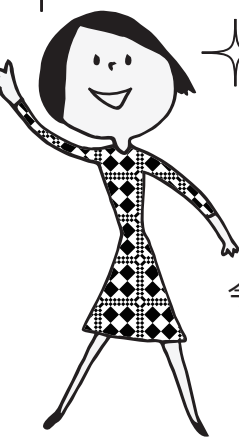
おすすめグッズ

「360度毛のある歯ブラシ」（商品例／たんぼの種）上の歯も下の歯も同時にみがけます。子どもに持たせるもよし、仕上げみがきにもよし♪



Web版ふあまっぷ
<http://kosodate.city.nisshin.lg.jp/famap/>

リフレッシュしてますか？



かわいい我が子と一緒に過ごす時間は楽しいけれど、たまには子どもと離れて一人の時間も楽しみたいですね。
今回はふあまっぷママのリフレッシュ方法を紹介するとともに託児サービスを行ってる施設をご紹介します。心身ともにリフレッシュして、お子さんと楽しく過ごしましょう♪



ひろば de 託児

岩藤町陸見63番地
TEL：0561-74-1080

NPO法人ファミリーステーションRinが行っている託児事業です。いつもRinへ遊びに来てくださる親子向けに託児を行っています。

にっしんファミリー・サポート・センター

栄4丁目1002-2（にっしん子育て総合支援センター内）
TEL：0561-74-6262

子育てのお手伝いをしてほしい人（依頼会員）とお手伝いしたい人（援助会員）との地域での助け合いです。登録しておけばいつでも利用することができます。援助会員さんのおうちでの家庭的な保育です。その他会員同士の交流会や託児付き勉強会にもご参加頂けます。

夫と二人だけで出かけてゆっくり話をしたい時などファミリーステーションの援助会員さんに預かって頂き、映画を見たり食事をしたりしてます♪

夫や祖母（実母、義母）に子どもを預けて自分の買い物や岩盤浴、エステ、飲み会などに出かけてます♪



ふあまっぷママの リフレッシュ方法

子どもが寝た後、好きなアロマオイルなどを入れて、ゆっくりお風呂に入り直します♪



夫に育児が大変でストレスがたまっていることを正直に話し、一人になる時間をもらい、漫画喫茶に5時間いました。

不定期ですが、認可外保育施設を利用して、美容室（フェイシャルエステ付き）に行ったり、友だちとちよつと高級なお店にランチに出かけたりします♪

子どもを寝かせた後においしいスイーツを一人こつそりと食べながら録画しておいたドラマをゆっくり見たりしています♪



休日に夫に子どもを預けて自分の母と観劇や食事に出かけます♪



認可外保育施設に午前中だけ子どもを預けて、家事や買い物などを片づけ、昼食が終わる頃に迎えに行くところやうとうと眠くなっていてお昼寝タイム…。子どもが起きるまではゆっくりのんびり♪

市内の認可外保育施設

施設名	住所	TEL	一時保育の利用について掲載許可を頂いた施設をご紹介します。
ベビールームポッポ	岩崎町市場53番地	0561-72-1433	がんばるママの素敵な時間を応援♪リフレッシュにもご利用下さい。
たんぼぽ保育園	梅森台二丁目229番地	052-807-3796	リフレッシュして元気な笑顔で子育てを♪お悩み相談いつでもOK！
キッズツリーハウス だけの山園	竹の山四丁目2720番地	0561-73-8250	気分転換できていますか？地域で子育てを協力しましょう。
マミーベア赤池園	赤池一丁目2004番地 K'sスペース赤池1階	052-801-2550	ママの用事に合わせてご利用できます♪駅近でアクセスもGood！
こえだほいくえん	香久山一丁目515番地	052-807-6010	わくわく穏やかに楽しい時間を一緒に過ごしましょう♪
託児所ことり	岩崎町小林106番地4	0561-76-3133	いつでも遊びに来てください♪
anyo	赤池一丁目2004番地 K'sスペース赤池503	052-805-6446	お子さん一人一人のリズムを大切に過ごします♪公園向かいで環境抜群！
ルクール保育園	竹の山四丁目705 バンクーバー1100 101号	0561-76-4202	ママはリフレッシュ！お子さまは楽しい時間を♪ 安心してお預け下さい。

※ご利用に関しては、各施設へ直接お問合せください。

「ある週末の攻防」

パパコラム

PAPA★COLUMN

最近の息子は成長著しく、周囲のことに興味が出てくるようになった。それはそれで喜ばしい事なのだが、面倒なことも増えるようになった。何か気になることがあると、すぐ私を呼び、「おとーちゃん、これなんだこれ？」と聞くのだ。行ってやって、答えてやるまで、質問責めは終わらない。

疲れて寝転んでいると、それがとても面倒くさい。

そこで一計を案じた。いつものように、「おとーちゃん」と来た時に、「ああっ」と大きな声をだす。息子は「どした？」と近寄ってくる。

そこで「父ちゃん背中に根っこが生えちゃったわ」と言ってみた。すると「ええっ、根っこ？どこどこ？」ときた。

うっ、まずい、さすがに子どもだましすぎたか、と思ったが、「ん〜と、この辺」と少し身をよじて、背中あたりを指さしてみる。すると「あーほんとだ！根っこ生えてるねえ」と息子。

やったと思っていると、「おかーちゃん、とーちゃん根っこ生えてるよー」と妻の方に走っていく。お主もまだまだだよ、と思いながら、その後ろ姿を見送り、ふと思った。いつか私が振り返りにあう日も来るのだろう。

そのとき私は、悲しいのだろうか、嬉しいのだろうか。



近々
引越
します

新コーナー

食のお悩みQ&A



子どもが野菜嫌いで野菜を食べてくれません。
どうしたら食べてくれるようになりますか？



嫌いをなくす第一は「お腹が空いている」ことです。食事を与える前だけでも無理でないなら授乳時間（2時間・3時間位）を空けてみましょう（離乳食の場合）。

野菜は時間をかけてじっくり煮ると甘み・うまみが出ます。みじん切りや薄切りは柔らかくなるまでに時間がかかるので、小さな乱切りにして煮てすりつぶす等（離乳食の場合）がお勧めです。南瓜・サツマイモなど甘めな野菜が好きなお子さんもいるので、食べられる野菜から味をならしてみましょう。

また、野菜のミルク煮・ヨーグルト和え・果物・魚等好きな食品と合わせて調理するのもよいでしょう。自分で食べる意欲をおこさせるため、手で持って食べられるような野菜料理（野菜スティックなど）の工夫もよいでしょう。

1才くらいになると少量の油料理が可能になります。じゃがいも・さつまいも・蓮根の素揚げは好きなお子さんが多いです。野菜で作ったおやつ等（ホットケーキミックスに野菜を入れてふかしパン等）で野菜の味に慣れさせるのも一つの方法です。

なお、おやつの与え方は重要です。おやつは、1日1回〜2回で牛乳・乳製品・果物・芋類等を中心にししょう。ジュース類・乳酸菌飲料・400ml以上の牛乳・甘い菓子類・スナック菓子等おやつの与えすぎが偏食の原因になることもあります。（回答者：管理栄養士 梶本富美子）



赤ちゃん用マグや水筒 どうやって洗ってる？

●マグは、ストロー用ブラシを使って洗っていましたが、お茶の色が落ちなくなったら、諦めて買い換えていました。水筒に変えてからは、普通にブラシで洗っています。細かいところは竹ぐしを使ったりします。

●ずばりなので水筒の飲み口部分は食洗機に入れてしまいます。本体はボトル用ブラシでざざっと。念入りに洗うのは週に一度くらいです…

●気付いた時に歯ブラシ、つまようじ、ストロー用たわしで洗う。パッキンも外してごしごしするけど全部はきれいにならず・・・まあ免疫力がつくだろうと最後は開き直っています。。

●洗った後、下の子の哺乳びん用消毒液と一緒につけておきます。2歳ですが、夜中にお茶を欲しがるので横に倒してもこぼれないマグがまだまだ現役です。

●余裕がある時は全部分解して洗ってます。茶渋とか意外についてるので、きれいになると嬉しい♪

●つまようじやストロー用たわしで出来る範囲は綺麗にします。泡の漂白剤をかけて3時間〜一晩くらい放置した後水洗いもします。（2・3歳児のストローや水筒）漂白剤がきつかなあ、と心配になるけど、息を飲むほど美しくなるのではまってしまいました。

●ストローマグはストローマグ洗い専用ブラシを購入して洗ってました。コップ飲みができるようになったら、すぐに直飲みタイプの水筒に変更。パッキン部分、水筒の底の部分などをこまめに洗うように心がけています。

～子育てにがんばるみなさんを応援しています～

LaboしまむらParty

絵本で英語と出会う。
英語と仲よしになろう。
たくさん歌もうたって！！

●0歳～大人
●水・木・土
（働くママの為に
幼児クラスもあり
ます。）



0561-73-2345 島村悦子
日進市南ヶ丘 2-10-9

アロマリラクゼーションサロン

Le Ciel

子育てにがんばるあなたへ。
アロマでデトックス&リラックス♪

<http://lecielaroma.com/>
090-4253-1121 瀬木佐緒里



英語リトミックサークル
じゃんびんきっす
英語リトミック（1〜3歳）

～ネイティブ講師と日本人講師のコラボレッスン～

じゃんびんきっす

検索

090-2685-4854 林音楽教室（浅田町上ノ山）



レディースクリニック
アンジュ

上のお子様と一緒に泊られます。
キッズルームもあります。

診療時間 AM 9:00～12:00
PM 5:00～7:00

休診日 火・水・土曜日午後、日曜祝日
TEL: 0561-74-1101 lc-ange.com

子ども用品を賢くリサイクル！

フリーマーケット



ベビーカーですれ違えるよう、
通路は確保してあります！

●2/12 開催（雨天の時は3/12）10:00～12:00
●東郷町体育館東 100m タチヤ東郷店駐車場にて
●問合せ 090-9900-5540（ズズキ）



http://blog.71works.boj.jp/
0才〜ママまで
造形あそび教室

つくってあそぼう！

tel:080-3067-0629（ヒサキ）

2月 名古屋東部最大級の住宅総合展示場！
親子で楽しめるイベント満載！！
ナゴヤハウジングセンター 日進梅森 会場

▶1日（土）・・・ウルトラ2ヒーローショー
【ウルトラマンギンガ・ウルトラマンゼロ】

▶2日（日）・・・獣電戦隊キョウリュウジャーショー

▶8日（土）・・・不二家のペコちゃんと
バレンタインお菓子パーティー

▶9日（日）・・・ドキドキ！プリキュアショー

以降も週末には楽しいイベントが満載！ぜひご来場下さい！！

家と向き合う、あなたと向きあう。日進梅森 会場
ナゴヤハウジングセンター

〒470-0132 日進市梅森町西田面15

事務局 ☎052(805)8422

開催時間 / 10時～17時 定休日 / 水曜日（祝日営業）※見学者もモデルハウスもごさいます。

住まいづくりの情報はもちろんキャラクターショーなどの
イベント情報が満載！！パソコン・携帯・スマートフォンからアクセス！

ナゴヤハウジングセンター 検索



音楽は一生の宝物♪

パパ・ママからお子さんへプレゼントしませんか？

～理想の音響空間で、楽しく正しく音楽レッスンはじめよう～

リブテックミュージックスクエアでは、
防音モデルルームを設置しています。
防音機能だけではなく、楽器本来の音
を引き出す「音響効果」を重視して
いるので確かな音感を育んでいきます。

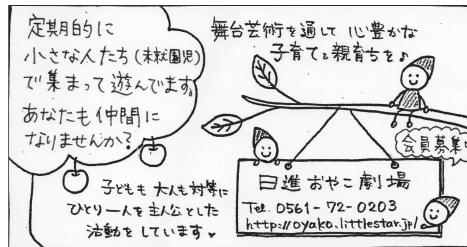
●鍵盤導入コース（2年）をはじめませんか？

グループ活動でソルフェージュ力を育てます。
鍵盤だけにとらわれず、演奏するためのリト
ミック活動も行います。
まずは、この「鍵盤導入コース」で音楽の
楽しさを体験させてあげませんか？

Livtech TEL 0120-43-1766
WEB www.Livtech.jp

ミュージックスクエア TEL 0120-41-3396
音楽教室 WEB www.MUSIC-SQ.com

〒470-0111 日進市米野木町福成 60
米野木交差点角・駐車場 10 台完備



お子さまと一緒に楽しく英語で遊びましょう♪
2 歳児～中学生まで Come on Join us !!
TEL : 052-848-7013 柳井