

市外おすすめスポット

【南公園（岡崎市）】

安価で楽しめる遊園地や交通広場、プール（夏季）などがある大きな公園。遊園地では、大道芸などのイベントがある日も。無料駐車場もあり、小さい子連れでも気軽にに行けるよ。

にっしん

子育てナビ

5月号

日進市発行

Web版 <http://kosodate.city.nisshin.lg.jp/famap/>

からだを

つかって

あそぼう

体を遊ぼう

今回は体を使ったふれあい遊びの紹介です。どれも特別な準備なしで出来ますよ。遊びの合間にギュッとハグしたりホッペにチュッとしたり♪こどもとのスキンシップを楽しんでみませんか？

チャレンジ

ペンギン歩き

子どもは親の足の甲の上に乘って、親は子どもの両手を持ちましょう。親子で息を合わせて歩けるかな？

両足ジャンプ

道路の縁石ぐらいの高さから始めてみよう！ちょっと不安な子は親が正面に立って両手を握ってジャンプ！

だっこ

フットボール抱き

ラグビーボールを抱えるように、親の脇の下に抱いてみよう！授乳クッションがあれば楽チン♪

横抱き

首やおしりをしっかり支えたら、優しくゆ～らゆら♪いろんな歌をうたいながらスキンシップしてみよう！大きい子なら、ビューンと早くしてみたり、ぐるぐる回っても楽しいね！

縦抱き

縦に抱くと、親と子どもの顔が近くなり、お互いの表情がよくわかるよ！面白い顔して遊んだりするだけでも子どもは大喜び♪利き腕ばかりでなく、左右バランス良く抱いて親の体に負担をかけないようにね。

おんぶ

世界一周

おんぶの姿勢から子どもの身体を支えながら抱っこ状態に、そのまま今度はおんぶへと首の周りを一周させてあげます。いつでも受けとめてあげられるように手は常に子どもの身体の下にスタンバイしておきましょう。

座っておんぶ

- 子どもの足を手のひらで受け止め、たっちの姿勢でおんぶもどき。上下に手を動かして足踏みさせてあげると階段の練習みたい。
- まだおんぶになれてない子も目線が急にあがらないので怖くないかも。子どもが重かったり親が立つのが辛かったりする時にもオススメ。

おんぶ紐（抱っこ紐兼用のものも）

おしりをちょっと持ち上げて落としたり、足をつっぱらせてあげたりと触って動かしてあげるといいかも。親の顔は見えにくくてもタッチされてるのって安心！

動物になっちゃおう

おんぶのまま動物になりきってリズムにのって動いてみよう！ゆっくりおんぶで揺らしてあげてから、サッと動きを変えることで子どもは大はしゃぎ。

例：
★足を揃えて跳ねたら
「うさぎさん♪うさぎさん～ピョンピョンピョン」
★片足ずつ大きく踏みしめて
「ぞうさん♪ぞうさん～ッシ/ッシ/ッシ」
★小走りに走って
「ねずみさん♪ねずみさん～チュチュチュチュ」

お布団のお山

布団などを重ねて、その上へハイハイしてみよう！少しの段差なら上ったり下りたりできるかも？やわらかいお布団の上なら安心♪

ハイハイ

親子でハイハイ

親も子どもと一緒にハイハイ！おもしろがってついてきてくれるかも。

通せんぼ

ハイハイする子どもの前で、親が足を伸ばして座って通せんぼ。子どもは親の足を乗り越えるのかな！？それともよけてくれる！？

おすすめグッズ

【ママ名刺】

新しい交流の場などで出会ったお友達と手軽に連絡先等を交換できる名刺。ネットなどで注文したり、手作りしたりデザインも様々。ニックネームだけ書いてあるものを渡し、「次見かけたらかけてね！」と気軽な形から始めてみるのもいいかも。

パパコラム

PAPA★COLUMN

「後席ディスプレイと親心」

長男が小さい頃の、「この人だれ？」事件以来、子どもとの時間を大切にしている。会社には早く行き、早めに帰ってくるようにし、週末もなるべく一緒に遊ぶようにしている。おかげで、まだ小さい次男も、きちんと私を父親と認めているようだ。ただ、何事も「過ぎたるは及ばざるが如し」で、二人の息子のなつき方がハンパなく、対応に苦慮する時がある。例えば、テレビを見ながら寝転んでいて、ダイブしてくる。体重が軽いときは、可愛くて微笑ましいし嬉しいのだが、体重が増えてくると死活問題だ。特に困るのが、車の中。あれなに、これなに、なんでそうしたの？こちらの状況はお構いなしに話してくる。相手にしないとすねる、泣き出す。つられて次男も泣き出す。そして地獄絵図となる車内…。

さすがにこれでは事故になってしまうかも、なんとかしなくてはと思っていたら、車を買替える時いいものが見つかった。それが後席ディスプレイ。迷わず搭載したら、効果は抜群だった。DVDを再生していれば、二人とも本当に静かだ。静かな車内でほっと一息。しかし、あまりの効果に少し寂しくなり、話しかけても無視される始末。うう、あんなになついていたのに…だが、思っていたよりも効果はすぐに切れた。終わったからDVDを替えるのだ、これはもう見たから違うのにしろだの、騒々しくなる車内。会話はできるようになったけど、今度は少いうっとうしい。

車内の会話は安全第一で。



ママ友作り、わたしのきっかけ

子ども同士の性格が似ているママと出会うと一緒に遊ぶ機会も増え、悩みも共用できて友達関係が続いている。

近所の福祉会館で行われている親子ふれあい遊びに参加。子どもは常に動き回っていたのでゆっくり座って話は出来なかった。でも、同じような子を持つお母さんと話すきっかけとなり仲良くなれた。

子どもを遊ばせている間は、手が離せず友達づくりどころではなかったので、託児つきの講座に参加。じっくり話が出来て、自然と仲良く出来ました。

同じ産院で出産した方々と、同医院の誕生日会で再会。子どもが同じように成長していることに安心でき、親子共に次第に仲良くなりました。

妊婦のころ、市内で行われている妊婦さん向けの講座に参加したり、子どもが赤ちゃんのときも定期的に親子講座を受講したりした。そのときにできた友達とは、家族ぐるみで仲良くしている。

ママやベビー向けの講座などを受けると、連絡し合わなくても、同じ人と短期間に何回も出会う。そうすると人となりも分かり、長く話せる友達になりやすい。

日進市ほっとサポート事業のご紹介

今月のほっとサポート情報

【5月23日(月) 10:30～12:00
ほっとサロン ハイハイ】

対象:6カ月～1歳までの赤ちゃんとその親
場所:Rinのおうち

【一般申込】5/9 10:00～
【メルマガ会員先行申込】4/28 13:00～
にっしん子育て総合支援センターへ
電話申込可 0561-75-2244

★詳細はほっとサポートメールマガジンでご確認ください。



ほっとサポートメールに 登録しませんか?

ほっとサポートメールマガジンは、妊婦さんと、0～3歳までの子どもを持つ保護者の方を対象に、原則として毎月3回8のつく日に配信しています。市内で開催される、イベントや講座・健診・相談事業などの情報をお届けしています。



こちらのQRコードを
読みとって登録できます

PCからの登録は
kosodate@ml.city.nisshin.lg.jp
に空メールを送信してください。

にっしん子育てナビ ふあまっぷ 【発行】日進市こども福祉部子育て支援課 日進市蟹甲町池下268 TEL 0561-73-1049 FAX 0561-72-4603
【編集】NPO法人ファミリーステーションRin x でんでんふあまっぷ 日進市岩藤町陸見63 TEL&FAX 0561-74-1080

◆月1,500部発行◆市内公共施設、ご協力いただける民間施設で無料配布しています。NPO法人ファミリーステーションRinが子育て現役世代のママたちにご協力いただき、編集を行なっています。

～子育てにがんばるみなさんを応援しています～



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

『守ってあげたい、子どもたちの歯』

お父さんお母さんの気持ちを大切にします。

子育て家族のお口の健康も応援します！

お父さんお母さんが治療中は、
保育士が小さなお子さんをお預かりします。(要予約)
安心してお子さんと一緒にご来院ください。

MIYAWAKI DENTAL CLINIC
みやわき歯科

〒470-0101 三本木町下川田680-34
TEL: 0561-74-3418
www.miyawakishika.com



●がん検診、インフルエンザ接種
妊婦健診、予防接種実施中
●更年期外来、婦人科外来
受付けています

TEL 0561-74-0311

5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!!

1日(日)・・・ピカピカ★フィバー
2日(月)・・・GWもカレーでしょ！～カレーフェスティバル～
3日(火)・・・谷本賢一郎ファミリーステージ
4日(水)・・・妖怪ウォッチキャラクターショー
5日(木)・・・動物戦隊ジュウオウジャーショー
6日(金)・・・「ままくま」ママ・クラブ・マーケット
7日(土)・・・きかんしゃトーマスとなかまたちわくわくトレインツアー出発行
8日(日)・・・魔法つかいプリキュア！ショー

家と向き合う、あなたと向きあう。ナゴヤハウジングセンター 日進梅森 会場
〒470-0132 日進市梅森町西田面15
インフォメーション ☎052(805)8422
開場時間/10時～17時 定休日/水曜日(祝日営業) ※見学できるモデルハウスもございます。
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 開場時間 LINE@

アロマサロン Le Ciel
心と体が緩む時間
アロマの香りで体をリセットしませんか?
(トリートメント・アロマフェイシャル・マタニティアロマ)
http://lecielaroma.com/
090-4253-1121 瀬木佐緒里

米野木駅から徒歩5分
ベビーマッサージ教室 + Alpha
ベビースキンケア
赤ちゃんとの「ふれ愛」タイムと一緒に
楽しみましょう♪
5/26(金) 初めてのベビマ体験レッスン
ティータime付 2,000円
日進市 ベビマ 検索 090-6619-2376 (赤沼)

林和子お菓子教室
子育てにがんばるお父さん・お母さんを
応援しています。
日進市東山 6-2513 090-8865-2201
http://www.hayashikazuko.com

親子えいごハッピーチャッピー English
子ども英語クリスマスイングリッシュ
★0歳～小学生
(日進市民会館短期レッスンもあり)
ハッピーチャッピーイングリッシュ 検索
TEL:090-3095-2533(ウィークス美香)

★お子さま連れも歓迎です★
あなたも琴や三味線を
習ってみませんか?
琴・三味線・十七弦教室
伊佐治裕子
問合せ:0561-73-7195

はなのおこ
親子教室
ママとベビーの
仲良しタッチケアと
コミュニケーション遊び
をしましょう!
(北川順子)
TEL 090-3554-0117 HP http://hanaoyako.jimdo.com



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。



一生残る音感、
良い音 良い響きの中で
育ちます

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

ミュージックスクエア
音楽教室

TEL 0120-41-3396 〒470-0111 日進市米野木町福成 60
WEB www.MUSIC-SQ.com 米野木交差点角・駐車場 10台完備

デザイン・イラスト/甘人(あまんちゅ)