

ブログ発信中です!

www.npo-showa.net/ship



子育てルーム SHIP vol.10



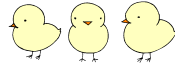
## 9月のかるがも便り



猛暑が落ち着き、そろそろ秋の虫の声が聞こえ始める頃。夏休みを終え、一段と成長した子どもたちはさらに大きく成長する季節です。地域のネットワークを広めて、親子が安心して過ごせる街づくりを目指したいものです。

### 子育てルーム SHIP でのイベント・講座

#### <パパ講座> NEW!!



パパを連れて SHIP に遊びにきてください。

パパ向けの講座ですが、ご両親やママだけでも OK! です。

『子育て中のパパたちへ〜妻と子にどう接すればいいの?』

講師：子育てアドバイザー 平井博子

9月8日(土) 14:00~14:30 (事前申込 6組まで)

#### <かんたんのびのびヨガ>

専門講師による人気のヨガ入門講座です。

9月18日(火) 13:20~13:40

#### <ママたちの絵本の読み聞かせ> NEW!!

お子さんが大好きな絵本をお持ちください。絵本好きなママたち、集まれ!! 楽しい読み聞かせと親子の交流会です。

9月20日(木) 14:00~14:30 (事前申込 6組まで)

講師：ことばの相談スタッフ のきた智奈美

#### <えほん TIME!!>

朗読ボランティアによる絵本の読み聞かせです。

9月21日(金) 14:50~15:00

#### <栄養懇談会>

今回は3大栄養素・たんぱく質を中心に親子の食事についてお話しします。鶏肉・豆腐等を使ったメニューの紹介。どんなことに気をつけて食べればいいのか、ご参考に。

9月25日(火) 11:00~11:30 (事前申込 6組まで)

講師：栄養士 有本景子

#### <いっしょにたいそう>

保育士と一緒に“アンパンマン体操”をしましょう!

9月26日(水) 13:30~

#### <お弁当ツアー>

昭和女子大学内「昭和の泉」で一緒にお弁当を食べませんか?お弁当とビニールシートをご持参ください。

9月28日(金) 11:50~13:00 (事前申込 20組まで)

\*昭和女子大学正門前 11:50 集合 (雨天中止)

\*お子さんの事故やケガは保護者の責任となります。

ご注意ください。

#### <9・10月合同お誕生会>

昭和女子大学学生が劇やうた・手遊び等を企画しています。お誕生月でなくても一緒に楽しめますので、皆様お誘いあわせのうえ、ぜひお越しください。

日時：10月13日(土) 13:20~13:50

(事前申込 35組まで)

参加費：1家族 500円 (プレゼント代他)

場所：昭和女子大学・新体育館 1F プレイルーム

\*誕生カードの発送は9月下旬の予定です。

\*イベントの追加・変更はブログ等でお知らせいたします。

### 子育てコラム「It's ほっと Time」(第7回)

スタッフや昭和女子大学の先生や学生、地域の方々によるコラムを連載します。



食べるとは

歯科医師 のきた 康文

夏休みが終わり世間は少し落ち着きを取り戻したようですが、子育て若葉マークの家庭では動きのある日々ですよね。ヒトの子とは言え生活の確立は、まだまだ程遠いものがあります。しかし、いつか必ず落ち着いた生活がやってきます。そのためにも今何が必要かを知り、生活することが大切です。

巷では「食育」という言葉がキーワードとなってプレッシャーをかけている場面をみかけます。「食育」は枝葉的なことではなく、幹或いは根っこ的な部分のことと捉えてください。

動物は食の確保が生活の大部分を占め、そこから多くのものを学びます。ヒトは食の確保が安定した上でいろんな方面の活動が活発に行なわれてきます。ヒトの子どもは食の確保を学び、また遊びながら臓器の成長と機能の向上を図ります。

食について必要なことは、お腹をすかせることとお腹いっぱい食べることです。(子どものお腹いっぱいたくさん食べることは違います。また決まった量をきちんと食べてしまうこととも違います。)また、食べるときの姿勢は、正面咀嚼(横から介助していると横向きに食事を取っているようになります。)と足底接地に気をつけてください。

困った時は、スタッフに声をかけてください。

みんな通る道です。

(SHIP・歯科医師ボランティア)



## 子育てルーム SHIP スタッフの 相談担当日

幼稚園生活に関する相談・・・松崎 恭子（元幼稚園教諭）（月～金）  
 子育て相談・・・平井 博子（子育てアドバイザー）（月・水・金）  
 栄養相談・・・有本 景子（栄養士・中国留学経験者）（月・火）  
 保健・・・有沢 順子（保健師・看護師・元養護教諭）9/26・27（水）  
 ベビーシッターなど・・・岩崎 美保子（保育士）（火・土）  
 ことばの相談・・・のきた智奈美（言語療育・福祉）（木・土）  
 保育士（製作等）・・・吉岡 明香（保育士）（木・金）

## 昭和女子大学附属昭和幼稚園 保育見学のお知らせ

日 程：9月12、26日(水)  
 10月16日(火)

時 間：9:30～11:00

予約不要。

各家庭1回の見学となります。  
 お子様をお連れになられる場合は上履きをご持参ください。

問い合わせ先：  
 昭和幼稚園 03-3411-5113

## 世田谷区から

<http://www.city.setagaya.tokyo.jp/>



## ◆子ども・子育て総合センター◆

世田谷区宮坂 3-15-15（電話 03-3439-8411）

交通案内：小田急線 経堂駅から徒歩7分

世田谷線 山下駅から徒歩13分

バス停 大和橋から徒歩1分

**[子育てひろば]・・・未就学の親子が遊ぶひろばです**  
**9:30～16:30 年末年始・祝日休**

イベント予定

- 「みんなどうしてる？子どもの食事」

栄養士による栄養相談

9月6日（木）10:30～11:30（11:15 受付終了）

- 「大きくなったかな？」

9月誕生者（15日まで）の身体測定と手形作り

12日（水）10:00～11:30（11:00 受付終了）

9月誕生者（16日以降）の身体測定と手形作り

27日（木）10:00～11:30（11:00 受付終了）

- 「みんな元気に親子体操」

9月19日（水）10:30～11:30

**[ほっとステイ]・・・理由を問わない一時預かりです**

利用時間：（月）～（金）8時～17時まで

\* 利用前に登録・事前予約が必要です。

\* 有料

受付時間：（月）～（金）9時半～16時半まで

お問い合わせ先：03-3420-6608

これからパパとママになる方へ

子育てルームSHIPでは妊婦さんのご利用も歓迎しています。

「産前に学ぼう！」

初めての出産を控えた時期は、不安も大きく、産後にどんな情報が必要になるのかまでは気が回りません。出産前に身近に相談できる場所を知っておくと安心できます。先輩ママからの体験談を聞いたり、赤ちゃんに触れあったり、ちょっと先の自分を知っておくと参考になりますよ。

SHIPには専門の資格をもった保健師・栄養士・保育士等のスタッフが常駐しています。

困ったこと、不安なこと、その他なんでも気軽に声をかけてください。お待ちしております！

2007.9 発行

NPO 昭和チャイルド&ファミリーセンター 子育てルーム SHIP  
 154-8571 世田谷区太子堂 1-12-40 03-3411-8300