



巨理町

子育てサポーター だより

秋号 令和2年8月 No.160

発行：子育てサポーターらびっと

事務局：巨理町生涯学習課

34-0510



親の笑顔が子どもの笑顔をつくる

子育ては大事ですが、一日中、わき目も振らずに集中しては疲れてしまいます。親のイライラは子どもにも伝わっていくものです。

大変な子育てだからこそ、自分の時間をつくり、心を健康に保つことが大切です。疲れているな・・・と感じたらリラックス！自分をいたわることは、決して身勝手ではありません。自分をいたわる時間を生活の中に取り入れましょう。ゆっくりお茶を飲んだり、好きな物を食べたり、元気を充電しましょう。

また、さまざまな悩みなどは、ひとりで抱え込まず、親類や友人の協力を得たり、地域の相談窓口や子育てを応援・サポートしてくれるシステムなどを積極的に活用したりしましょう。

親が幸せで笑顔でいる家庭こそ、子どもも幸せを感じられます。



文部科学省・家庭教育手帳/宮城県版親の学びプログラム『親のみちしるべ』ステージ◎より

子育てサポーターのおすすめ本

「もこもこもこ」

文研出版

たにかわ しゅんたろう さく
もとなが さだまさ え

シーンと静まりかえった大地から、「もこもこ」「によきによき」「ぱく」と、いろんな音が聞こえてきます。次に聞こえるのはどんな音が楽しみです。



ピースフル・ツリー

場所：中央児童センター

時間：10：00～11：50

内容：手遊び、絵本の読み聞かせ、工作など

対象者：子育て中の方どなたでも



※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止になる場合があります。ご確認ください。

開催日： 9月25日（金）

10月 9日（金） 11月20日（金）

12月11日（金） 1月 8日（金）

2月26日（金） 3月12日（金）

※申し込み不要・参加費無料です※

～自由に遊びに来てね～



☆ピンクのエプロンをした

子育てサポーターが待ってます☆