

## おやこ広場だより

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、6月末までは予約制でのご利用となっていたおやこ広場。

ひさしぶりにお会いしたお友だちとママはもちろん、初めてあ〜べに来てくれる親子も増えてきました。

楽しそうなニコニコの顔やかわいい声に癒されて、ママ達もスタッフも笑顔になります。

7月からは予約がいりません。安心して過ごしていただけるように、引き続きこまめな消毒をして、みなさんをお待ちしています。使ったおもちゃや絵本は、なめなめボックス、またはスタッフに戻してくださいね。ご協力をおねがいいたします。



### カフェより

スタッフ！さんの畑で取れたほうれん草がカフェのお味噌汁で登場しました♪ほうれん草を洗っていたら、可愛い生き物を発見！そっと紙コップに保護しました。  
「カタツムリって知ってる？」  
「歌、うたえる！」「カタツムリのあかちゃんだよ！見る？」  
「ちっちゃーい♡かわいい！」  
可愛いお客さまと赤ちゃんかたつむりの出合いでした。

●営業時間／11:00～14:00  
●定休日／木曜、第2・4土曜、日曜・祝日、毎月最終火曜日

※現在おやこ広場内・飲食スペース側はお休み中です。店舗側（N-GATE 西側入口）よりお入りください。

## 託児ルームだより

最近、製作が好きな3才の男の子。「今日は何を作ろうか〜？」とスタッフと一緒に新聞紙をビリビリ。ピンク色のビニール袋にぎゅうぎゅうに詰めました。

緑色のひもでぎゅっと結んだら、お顔が隠れてみえないくらい、とっても大きなさくらんぼが完成しました！おいしそうな出来栄えにニコニコでしたよ。

さくらんぼの匂を迎えた山形、みんなはおいしいさくらんぼ、もう食べましたか？



## 8月の予定

5(水) 助産師相談  
8(土) 母乳育児なんでも相談  
14(金)・15(土) すくすくキリンの日  
18(火) おしごと相談  
19(水) 栄養士相談  
22(土) 母乳育児なんでも相談  
25(火) 館内整理日のためお休み  
26(水) 赤ちゃんと一緒に5期①

※状況により日程・内容が変更になる場合があります

月刊あ〜べ通信

# あ〜べ！あ〜べ！

2020年  
7月号

あ〜べのイベントが一目でわかるカレンダーやイベント情報・講座や相談のほかにも、子育てに役立つ情報を毎月お届け!

月	火	水	木	金	土	日
6/29	30	7/1	2	3	4	5
	お休み (館内整理日)		お休み	★おやこde ストレッチ		
6	7	8	9	10	11	12
★Excel 短期集中講座①	★Excel 短期集中講座② おしごと相談	助産師相談 ★赤ちゃんと一緒に 4期①	お休み	離乳食みんな どうしてる?お話編 10:30~11:30	★発達相談の日	
13	14	15	16	17	18	19
★Excel 短期集中講座③	★Excel 短期集中講座④	★赤ちゃんと一緒に 4期②	お休み	保健師相談	母乳育児 なんでも相談	★シンシンの会
20	21	22	23	24	25	26
		★赤ちゃんと一緒に 4期③ 廣谷さんとお話しましょ!	海の日 お休み	スポーツの日		
27	28	29	30	31	8/1	2
	お休み (館内整理日)	★赤ちゃんと一緒に 4期④	お休み			

…マタニティday (10:00～12:00)

…身長・体重が測れます (10:00～11:30)

【7月生まれ・令和2年1月生まれのお友だちへ】  
受付で子育てパスポートをご提示ください。お祝いします!

★…参加に申込が必要 マークが無いものは申込不要

※状況により、予定が変更になる場合があります

毎月最終火曜日は館内整理日のためお休みです

## トピックス

7月1日からの利用制限について

おやこ広場は入れ替え制でご利用できます

① 9:30～12:30 ② 13:00～16:30

利用人数の制限については身体的距離の確保を考慮し、必要に応じて行ないます。

【ご利用の方へのお願い】

- 体温が37.5℃以上の方、咳・鼻水などの風邪症状がある方は利用できません。
- 来館時、健康チェック表をご記入ください。
- 大人はマスクの着用をお願いします。
- おやこ広場内飲食スペースでのお食事はご遠慮ください。
- 遊んだおもちゃはなめなめボックスまたはスタッフまでお戻しください。

新型コロナウイルス感染拡大防止のための当面の措置となります。安全に遊んでいただくために、ご理解とご協力をお願いします。

登録している就学前のお子さんの誕生日に **全国共通** **子育て応援パスポート** を受付でご提示いただくと、保護者の方に「ありがとう&おめでとう」のプレゼントを差し上げます。

**LINE公式アカウント**  
あ〜べの情報をスマホにお知らせ！友だち登録してくださいね♪

①QRコードを読み取り、友だち追加してください。  
②LINEアプリ内の「その他」>「友だち追加」>「ID検索」からID「@btt8215a」を入力

**N-GATE駐車場 ご利用について**

あ〜べご利用の方 / 託児ルームご利用の方

**駐車1時間 無料券発行** / **送迎時間分 補助券発行**

※詳しくはあ〜べ受付まで (駐車券をお持ちください)

**あ〜べ 子育てランドあ〜べ**

TEL 023-615-1930 休館日:木曜日、毎月最終火曜日、年末年始  
開館時間 9:00～17:00 場 所:山形市七日町1-1-1 N-GATE 1F  
託児ルーム 9:00～16:30(要予約) PC・スマホサイトhttp://ikuji-land.jp/

乳幼児とその保護者のための交流や子育て支援の施設です。親子で遊べるおやこ広場や、目的を問わずお子さまをお預かりする託児ルームがあります。また、育児に関する相談や、ママ達のための各種講座も実施しています。



# 雨の日

## どう過ごす?

梅雨明けは7月25日ごろの予想!

6月11日頃に梅雨入りしたとみられる山形。今年の梅雨は長いおうち時間を過ごしたあと…さて、どんな過ごし方をしようかな?



子育てママに聞きました!

### 雨の季節、気になることはなあに?

雨の日のおでかけ、子どもにとっては必要な経験?遊ばせた方がいい?(ママは正直、雨の日ではでかけたくない...)

雨の日でも外遊びしたがるのでレイングッズを買おうかな...?

洗濯物が乾きにくい!

公園あそびや散歩ができない!

買い物の時、車までの移動が大変!

### 雨でもできるお楽しみはなあに?

水たまりでピチャピチャ遊べたらいいなあ~

自宅に砂場をつくりました!

カタツムリ探し!

あ~べで遊ぶ!

庭の花をながめる

## 『母乳育児なんでも相談』でおなじみ! / おしえて眞史先生! ~梅雨の気になること~

温度・湿度はどのくらいがいいの?

赤ちゃんだから...と特に考えなくても親が過ごす温度・湿度でOK!

粉ミルクが湿気りやすいのが気になる...缶が空っぽになるまで飲ませて大丈夫?

しっかりフタをしていれば大丈夫!

ミルクをあまり飲まないのは、食欲がない?冷やして飲ませてもいい?

ミルクは冷やさないで。粉を85℃以上のお湯で溶かして、適温にしてから飲ませて。

衣類は何を着せたらいいの? 靴下は必要?

ママが同じ服を着たらちょうどいいかを考えてみて。靴下ははかなくてOK。



食べ物が傷みやすい時期、離乳食で気をつけることは?

お母さんの食べているものの中から、つぶしたりほぐしたりして、赤ちゃんが食べられるようにして与えてみて。(みそ汁・煮物など...味も同じで)

エアコン・除湿器・扇風機などは使った方がいいの?

熱中症もおこりうるので、部屋の中の空気を動かすため、体に直接あたらないように、エアコン・扇風機を使って。

雨の日のおでかけ、何に気をつけたいの?

ママが気をつけていることを赤ちゃんにも。暑い日のベビーカーは地面からの高温(照り返し)に注意!

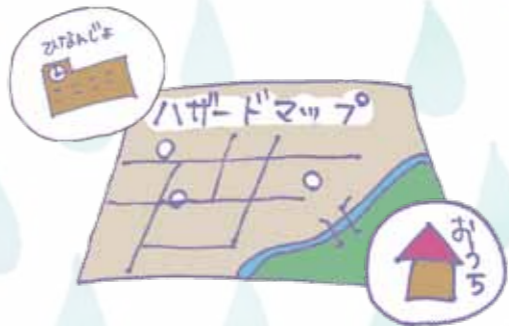
### いざという時のために... 『防災ハザードマップ』って知ってる?

あ~べでももちゃ・室内の消毒に使用しているのは食品添加物殺菌料です【安定型次亜塩素酸ナトリウム製剤】



- 99.9%超の殺菌力
- 引火性なし
- 漂白性なし
- 食品にもOK

安心して過ごしていただけるよう 毎日の消毒がんばっています!



大雨・ゲリラ豪雨・台風シーズンの前にお住いの地域の避難所や危険箇所を確認しておくこと安心です。ハザードマップは各市町村のホームページにも掲載されています。この機会にチェックしてみてくださいね。 ※山形市では洪水ハザードマップ(2020年保存版)が各家庭に順次配布されています。

### 【今月の各種講座】

受講者の方へ 定員を減らして実施します。来館時の検温・手指消毒・マスク着用・距離を取っての対応・定期的な換気など、新型コロナウイルス感染予防のため、ご協力をお願いします。

★【あ~べのパソコン講座】

## Excel 短期集中講座

7月6日(月)・7日(火)・13日(月)・14日(火) 9:00~12:00 (全4回)

仕事をする上で押さえておきたいエクセルの基本操作・表計算の基本と活用関数の利用などを4日間で学ぶ講座です。エクセルの基礎から復習したい方や再就職準備としてエクセルの操作に慣れておきたい方にもおススメです!

- 対象: パソコンの文字入力ができる子育て中の方
- 受講料: 1500円 (講座初日にお支払いください)
- 定員: 先着5名 ※要申込
- 託児料: お子さん1人1回 750円 (事前予約が必要です。お申し込みの際にお知らせ下さい。)

## ★赤ちゃんと一緒~BP(ベビープログラム)~

4期: 7月8日(水)・15日(水)・22日(水)・29日(水)  
5期: 8月26日(水)・9月2日(水)・9日(水)・16日(水) 13:00~15:00 (全4回)

他のお母さんたちと一緒に赤ちゃんとの生活について、話したり考えたりして子育て仲間をつくりませんか? 赤ちゃんと一緒に参加するプログラムなので安心です。

- 対象: 第一子が2~5か月のお子さんとお母さん  
4期: 令和2年1月25日~令和2年5月8日生まれ  
5期: 令和2年3月12日~令和2年6月26日生まれ
- み切: 4期: 7月1日(水)、5期: 8月19日(水)まで
- 定員: 各10組(赤ちゃんと一緒に参加して下さい)※要申込
- 参加料: 無料(ただし、テキスト代として1000円が必要です)

### 【あ~べで相談しましょ】

保健師・助産師相談 助産師 7月8日(水) 10:00~12:00 ※10:00~おやこ広場で相談、11:00~ZOOMで相談(要申込)  
保健師 7月17日(金) 10:00~11:30 廣谷さんとお話ししましょ! 7月22日(水) 13:00~14:30

きがるに育児相談 平日(月・火・水・金) ...お電話での相談もOKです  
日頃疑問に思っていること、ちょっと心配なこと、聞いてみたいことなど、きがるにお話ししましょう。あ~べスタッフがおやこ広場でお話を聞きます。

★発達相談の日 7月11日(土) 10:00~12:00 言語聴覚士による個別相談です。申し込みたい方はスタッフに声をかけてください。

“はじめてみようかな おしごと”相談 7月7日(火) 10:00~12:00  
マザーズジョブサポート山形のコンシェルジュがおやこ広場にきます。再就職や保育所について相談ができます(就職の斡旋ではありません)

母乳育児なんでも相談 7月18日(土) 10:00~12:00  
母乳育児を応援する会メンバーの小児科医、産婦人科医、助産師等がおやこ広場にきます。予約は不要です。時間内にお越しください。

★ママのための予約制カウンセリング 不定期開催(要申込)  
ママのための個別相談です。相談したい方とカウンセラーの日程調整をします。お問い合わせください。

★シンシンの会 7月19日(日) 10:00~12:00  
シングルママが安心(シン)して集える会です。 ※詳しい内容はあ~べまでお問い合わせ下さい(要申込)

●申し込み受付は、開催1か月前からとなります。 ●受講料、託児料はそれぞれおつりの無いようにお持ちください。

お問い合わせ・お申し込みは 子育てランドあ~べまで ☎023-615-1930 ★...参加に申込が必要 マークが無いものは申込不要