

# おやこ広場だより

## ♪笹の葉 さ～らさ～♪

7月7日の七夕に合わせて、おやこ広場でも笹の葉に七夕飾りをしました。スタッフお手製の吹き流しや網飾り・提灯飾りなどのほかに、おうちの方にも、お子さんとご家族の願いごとを色とりどりの短冊に書いて、飾っていただきました。

- ◎たくさんごはながたべられますように
- ◎いとこといっばいあそびたい
- ◎家族でディズニーランドに行けますように
- ◎みんな健康に過ごせますように！
- ◎などなど、たくさんのご願いごとが集まりました。

お子さんの成長、家族の健康、コロナでできなくなったことをしてみたい…どれをとっても気持ちの伝わる内容でした。七夕当日はあいにくのお天気でしたが、どうか皆さんの願いごとが叶いますように…☆



## カフェより

### 「こりゃーあボカド？」

カフェの中にちょっと変わったグリーンがあります。昨年11月、食後のアボカドの種を水栽培したところ、12月に根っこが出て、5月に新芽を出しました。その様子はたくましく、アニメ『おさるのジョージ』の中で、ジョージが種にアントニオと名付けて、一生懸命世話をしていた気持ちがよくわかります。

- 営業時間/ランチタイム 11:00～14:00・カフェタイム～15:30
- 定休日/木曜、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。店舗側入口(N-GATE 西側)よりお入りください。

# 託児ルームだより

ある日の託児ルーム。スタッフが赤ちゃんをおんぶしていると、2才の女の子がアンパンマン人形をおんぶしたいと持ってきました。すると今度は1才の男の子が、女の子がおんぶしているのを見てまねっこ！

スタッフが赤ちゃんのおしりを優しくトントンしながらあやしていると、その姿もしっかりと見えています。同じようにアンパンマン人形のおしりをトントンしながら歩く様子に、スタッフもほっこり♪

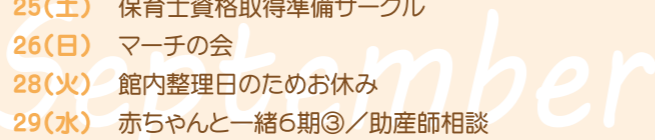
二人ともおんぶのまま、ままごと遊びを楽しみました。



# 9月の予定

※状況により日程・内容が変更になる場合があります

- 1(水) マーチの会/赤ちゃんと一緒5期③/助産師相談
- 6(月)・7(火) Excel2級対策講座【全2回】
- 8(水) 赤ちゃんと一緒5期④
- 10(金) 保育士資格取得準備サークル
- 11(土) 発達相談の日
- 14(火) おしごと相談
- 15(水) 赤ちゃんと一緒6期①
- 17(金)・18(土) すくすくキリンの日
- 18(土) 母乳育児なんでも相談
- 21(火) 管理栄養士相談
- 22(水) 赤ちゃんと一緒6期②
- 25(土) 保育士資格取得準備サークル
- 26(日) マーチの会
- 28(火) 館内整理日のためお休み
- 29(水) 赤ちゃんと一緒6期③/助産師相談



月刊あ～べ通信

# あべあべ! あ～べ!

2021年

8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
季節の行事 お盆【8/13～16】 ご先祖様をお迎えするお盆。飾られる精霊馬(しゅうりょううま)は、ご先祖様を早くお迎えに行くようにキュウリで馬、ゆっくり帰れるようにナスで牛を見立てて作ります。			7/29 お休み	30	31	8/1
2	3	4 ★マーチの会 10:00～11:30	5 お休み	6 保育士資格取得準備サークル 10:00～12:00	7	8 山の日 ★シンシンの会 10:00～
おやこ広場 花笠Week						
9 振替休日	10 おしごと相談 10:00～12:00	11	12 お休み	13	14	15
16 保育士資格取得準備サークル 10:00～12:00	17	18 ★赤ちゃんと一緒5期① 13:00～15:00	19 お休み	20 🦒	21 🦒 母乳育児なんでも相談 10:00～12:00	22
23	24 管理栄養士相談 14:00～16:00	25 ★赤ちゃんと一緒5期② 13:00～15:00	26 お休み	27	28 ★助産師さんとママパパ教室 10:30～12:00	29 ★マーチの会 10:00～11:30
30	31 お休み (館内整理日)					

🦒 キリンマークは身長体重体計測「すくすくキリンの日」(午前10:00～11:30/午後14:00～15:30) ★…参加に申込が必要 マークが無いものは申込不要

【8月生まれ・令和3年2月生まれのお友だちへ】 子育て応援パスポートご提示でお誕生会・ハーフバースデーのお祝いをします ※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

## 【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

各10組まで ① 9:30～12:30 ② 13:30～16:30

おやこ広場ご利用は、山形市内在住の方とさせていただきます。

電話で予約ください



【ご利用の方へのお願い】電話での予約をお願いしています。また、お子さん・同居のご家族を含め、下記に該当する場合はご利用をご遠慮ください。

- ◎2週間以内に宮城・東京など県外の感染拡大地域への往来のあった方
- ◎コロナ感染者との接触があり、自宅待機をしている方がいる場合
- ◎ご家族が利用している保育所・幼稚園・学校等が休校措置の場合



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。

# 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。

## 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「f@btt8215a」を入力



## N-GATE駐車場 ご利用について

- あ～べご利用の方/ 駐車1時間 無料券発行
- 託児ルームご利用の方/ 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)

# 夏の生活リズムのはなし

あ〜べの子育てアドバイザー・片桐弥生先生に聞きました

暑い夏がやってきます。夏こそ生活リズムを整えて、親子とも心身健康に過ごせるよう心掛けていきましょう。

## ① 早起き・早寝・朝ごはん

- 涼しいうちに活動し（朝の散歩やラジオ体操など）朝の光を浴びることで、セロトニンという心を穏やかにするホルモンがたくさん出ます。
- 朝ごはんを食べましょう。（一日のエネルギーを充電!）

## ② メディア漬けに要注意!

- 昼間クーラーの効いた部屋で、テレビやビデオ・ゲームばかりで身体を動かさないと、夜眠れなくなります。
- 夜、明るいテレビやビデオ・ゲーム等の画面を見ていると、メラトニンという眠りを誘う働きホルモンの出なくなります。（各メディアは寝る30分前には、おしまいしましょう）

## ③ 夏のおやつに要注意!

- おなかを冷やさない生活、冷やしすぎない食生活を心掛けましょう。（アイス、清涼飲料水の与え方に気を付けて）
- しっかり汗をかいて体温調節して、水分補給を十分にしましょう。

ポンツリーカフェ

# 祭 夏まつり 祭

8月2日(月)・3日(火) 11:00~14:00

当日、浴衣・甚平で来てくれたお子さんとご家族全員にドリンク1杯サービスします♪

※1日2の組限定で開催! お早めにお越しください。

## 【メニュー】

焼きそば&  
フランクフルトセット  
(ドリンク付き) **500円**



※写真はイメージです

- フランクフルト
- かき氷
- 各種ドリンク

【単品】 **100円**



## おやこ広場



# 花笠Week

8月2日(月)~8日(日)

紙皿を使った、手作りのかわいい花笠を作ってみませんか?  
出来上がった花笠を持って、音頭に合わせてみんなで一緒に踊ろう!  
振り付けが分からなくてもOK! 気軽にどうぞ! スタッフも参加しますよ!  
花笠まつりの雰囲気をおやこ広場で楽しみましょう☆



▲手作り花笠見本

## 【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 2級対策講座

9月6日(月)・7日(火) 9:00~12:00 (全2回)

関数を使用した表作成を学ぶ講座です。基礎的な関数から応用的な関数（VLOOKUP、IFほか）まで使用します。検定対策講座でありながら、そのまま実務でも役立つ内容です。Excelの基礎が理解できている方、関数の便利さを学びたい方、育休中のスキルアップにもオススメです。

- 対象：パソコンの文字入力ができる子育て中の方
- 受講料：1000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)～

6期：9月15日(水)・22日(水)・29日(水)・10月6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  
令和3年4月1日~令和3年7月15日生まれ
- 日切：9月8日(水)
- 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）

● 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。

## 【あ〜べで相談しましょ】

助産師相談 次回：9月1日(水)13:30~14:30

子育てでちょっと困った時、心配になった時、助産師さん・栄養士さんがやさしく相談のつてくれます。おやこ広場で気軽にお話ししてみませんか?

きがるに育児相談 平日(月・火・水・金) あ〜べスタッフがおやこ広場でお話を聞きます。電話での相談もOKです。

★マーチの会 親子で楽しみながら、発達を促す遊びを体験します。  
8月4日(水)・29日(日) 10:00~11:30

はじめてみようかな おしごと相談

8月10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）

★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。

管理栄養士相談 8月24日(火)14:00~16:00

★発達相談の日 言語聴覚士による個別相談です。  
次回：9月11日(土) ①10:00~ ②11:00~

母乳育児なんでも相談

8月21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。ひろは予約の上、時間内にお越しください。

★シンシンの会 8月8日(日) 10:00~

シングルママが安心(シン)して集える会です。<ランチ1食¥100>  
※詳しい内容・日時はあ〜べまでお問い合わせ下さい(要申込)

今日は夏祭り!

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