



2009年5月 ☆第41号☆
 発行 つどいの広場にここ (NPO法人 子育て応援ゆう)
 「にこにこ」は、0,1,2,3歳のお子さんをもつ親子が交流できるひろばです。お気軽にどうぞ!

にこにこカレンダー 5月

日	月	火	水	木	金	土
4月 26	27 am ○ pm 赤ちゃん	28 ○	29 祝・休	30 am ○ pm 閉 室	5月 1 ○	2
3	4 祝・休	5 祝・休	6 祝・休	7 ○	8 ○	9 ○
10	11 閉 室	12 ○	13 am 赤ちゃん おそとであそぼ! pm 赤ちゃん	14 ○	15 ○	16
17	18 am ○ おはなしタイム pm 赤ちゃん	19 ○	20 am サロン pm 赤ちゃん	21 ○	22 ○	23
24	25 am ○ pm 赤ちゃん	26 ○	27 am ミニ講座 pm 赤ちゃん	28 ○	29 am ○ pm 閉 室	30
31	6月 1 am ○ pm 赤ちゃん	2 ○	3 am 赤ちゃん pm 赤ちゃん	4 ○	5 ○	6



赤ちゃんの日

5/13、6/3 (午前・午後)、
 4/27、5/18・20・25・27、6/1
 (午後)は赤ちゃん(1歳未満)の日。
 ★赤ちゃんは、赤ちゃんの日以外でも遊べます。

その他

★4/30、5/29の午後は、月末業務のため閉室です。

5月の予定

ミニ講座

5/27 (水) 10:00~11:30

「東洋医学で養生講座～カラダとココロを
 整えて、梅雨と夏を乗り切ろう」

講師：山口香織さん (鍼灸師)

自らも子育て中の鍼灸師である山口さんが、季節の
 変わり目の心と体のケアについてお話をくださいます。
 自分の体に目を向けてみませんか。

定員8組(見守り保育あり)

5/12 (火) 10:00より申込み受付開始

ママのためのおしゃべりサロン

5/20 (水) 10:00~11:30

お茶を飲みながら、ホッとできるひとときを
 一緒に過ごしませんか?

定員5名(見守り保育あり)

5/1(金) 10:00より申込み受付開始

サロンとミニ講座の申込みは、ご本人のみで
 お願いします。直接ひろばで、または電話に
 てお申込みください。

おはなしタイム

5/18 (月) 11:30~

おはなしシスターズがパネルシアターや手遊び、絵本を
 読んでくれます。毎回、何が出てくるかお楽しみ♪予約不
 要、みんな集まれ~!

おそとであそぼ!

5/13 (水) 10:00~12:00

場所：中央公園

気持ちの良い季節、一緒に外で遊びましょう!
 参加希望者は、スタッフまで。

ひろばのようす

この春、ママのためのおしゃべりサロンが、ちょっと新しくなりました。日頃、子育てで子どもだけ向き合う生活から、一人の女性に戻っておしゃべりするひとときを楽しむということは変わりありません。では、何が変わったかという、まず、お茶を片手に話ができるようになったのです。4月のサロンでもお茶はとても好評でした！そしてもう一点、今までは、ひろばに来室する0・1・2・3才のお子さんを持つ親だけが対象でしたが、今後は、ひろばを卒業された方、そしてこれから親になるプレママも参加できるようになりました！ひろばを卒業された方は、お子さんと一緒に遊びに来られなくてもサロンには参加できますから、ママ一人でぜひ参加してください。また、プレママの方は、先輩ママたちに育児の疑問や不安を話してみませんか。きっと、安心できますよ。

お茶を飲みながら、とりとめのない話をする・・・「自分だけじゃなかった」「一緒に考えてくれる仲間ができた」「知りたかった情報が得られた」・・・そしてなにより「とても楽しいひとときだった」、そんな感想をたくさんいただいている、ママのためのおしゃべりサロン。新しい雰囲気のレストランでどうぞ楽しいひとときを味わってみてください。

また、あなたの周りにひろばを卒業された方やプレママがいたら、ぜひ、お伝えください。



にこにこ文庫からこんにちは！

～本の大好きなスタッフが選りすぐったにこにこ文庫を紹介します～

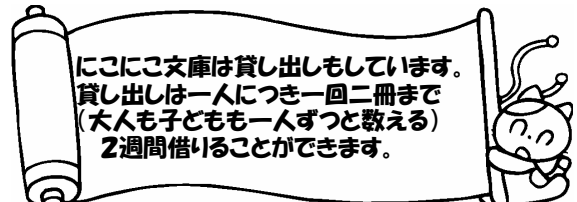
☆子ども向け☆

こどものとも0・1・2 5月号 「おふねがぎっちらこ」 柚木沙弥郎 作

親子のふれあいあそびでわらべうたの「おふねがぎっちらこ」というあそびがあります。
うさぎの親子が手をつないでぎっちらこ♪
おさるさんの親子も手をつないでぎっちらこ♪
おうちでもひろばに来たときも親子で「ぎっちらこ」と、ふねこぎを楽しみましょう。

こどものとも0・1・2 4月号 「こねこがにゃあ」 ひろのたかこ 作

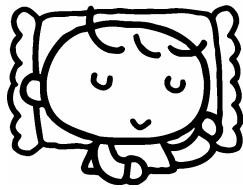
おかあさんねこが「にゃあお」と子ねこをよぶと、
かごの中から、ふくろの中から、
タオルの中から、カーテンのかけから・・・
「にゃあ」といって、次々とでてきましたよ。



にこにこのホームページのおしらせ

にこにこだよりのバックナンバーは、ホームページで見ることができます。
その他にも、いろいろなにこにこの情報満載、ぜひ、ご覧ください。

<http://www.justmystage.com/home/nikoniko/>



★現役保育士による子どもの成長にちなんだ育児の話★

春眠、暁を覚えず(杜甫) こんな言葉がありますがポカポカの春を通り越して、夏を思わせるような汗ばむ日もありますが、ウトウトしてしまうような日もありますか？

乳児の睡眠には、いろいろ悩みを持っている方も多いと聞きます。夜長く寝てくれない、やっと寝かせたのに物音でおきてしまう、昼寝すると夜寝るのが遅くなってしまふ、などなど誰もが通る辛い悩みのようです。乳児の場合、保育園ではほとんどお昼寝をします。初めての集団生活、寝かしつけるのは大変ですが、ひと月もすると生活のリズムが整って 遊び・食事・排泄・睡眠のリズムができてきます。午睡(お昼寝)の時間になると、各自のベッドや布団で眠りにつきますが、ひとたび寝つくとサイレンが鳴っても、一人が泣き叫んでも、よく寝ているのです。ちょっと信じられない光景です。[全員とは言いませんが...]家で一人静かに寝る環境にいれば、物音に敏感になるし、多少にぎやかな環境であっても、慣れれば適応できるのかもしれませんが。神経質になればなる程、ちょっとした物音や環境の変化に敏感になるのかも！

何はともあれ、近くで大声で泣いている子どもがいても爆酔できる大人もいるそうですから、慣れっ
て怖いですね！！

P S . 寝ている子どもを残しての外出はいけませんよ。危険がいっぱいですからね!(^^)!

おいしくて、かんたん、 クッキングウー

卵を使わないので
アレルギーが心配な子にも安心♪
メニューです。
by やまとなでしこ

☆おぼろ豆腐の茶碗蒸し風☆

《材料 2人分》

おぼろ豆腐 260g
鶏挽肉 80g
いんげん(ゆで) 少々
ひじき(乾燥) 少々
A { 酒 大さじ1/2
塩 少々
しょうが 少々
片栗粉 大さじ1
だし汁 1/3カップ
みりん 大さじ1
薄口しょうゆ 大さじ1
片栗粉 大さじ1/2
水 大さじ1/2

《作り方》

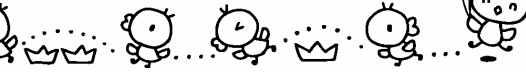
- ① ボウルに水をきったおぼろ豆腐を入れ、泡立て器でよくつぶす。軽くレンジでチンした鶏挽肉、細かく刻んだいんげん、水で戻したひじきとAを入れて混ぜ合わせる。
- ② 耐熱の器に、①を一人分ずつ分けて入れ、上からピッタリとラップをする。ラップに竹串で1カ所穴を開け、600wのレンジで2分加熱する。
- ③ だし汁を中火にかけ、煮立ったら、みりん・薄口しょうゆで味付けをする。水溶き片栗粉を加え、とろみをつけ、②にかける。



☆味付けを薄めにすれば、離乳食にもなりそう！やまとなでしこさん、ありがとう！



みんなのひろば



にこにこ遊びにきてくれる方たちの紙上おしゃべりコーナーです。楽しい声を今月もありがとうございます！

やっと、あんよが上手になってきて、家中を歩き回るようになった娘。ちょっとした段差につまづきながらも、立ち上がり、また歩く姿を見て、成長したなあ〜と、感じるこの頃です。(みんみ)

☆ハイハイから、あんよができるようになって、倒れるのは心配だけれど、ヨチヨチ歩く姿は本当にかわいいですね！これからはいっぱい成長を感じていくのでしょうか。楽しみですわね！

生後6ヶ月から、にこにこに通うようになり、ちょうど1年。最初は、寝ているだけだった娘が、今では1人ですべり台で遊び、絵本をめくり、クレヨンで絵を描き、キッチンセットでおままごとまでするようになりました。毎日悩みながら、あっという間の1年。成長したなあと、しみじみ感じました。

4月からは保育園に通うことになったので、今までのようには来られませんが、平日休みには、また遊びに来たいです。

その時にはまたよろしくお願いします。
(ZUNZUN)

6ヶ月になる娘は夜はあっさり寝てくれるのですが、お昼寝は寝ぐずりがひどく抱っこでしか寝てくれません。30分近く抱っこして寝かしつけ、ベッドに着地できたとしてもきっかり30分で起きてしまっていました。お昼寝をさせるために母はへとへと。ふと思いついてお祝いでいただいたものの新生児の頃に使いこなせずにしまい込んでいたスリングを使ってみたら短時間でzzz。最近早い時は5分もかからずzzz。スリングに入れたままだと2時間位寝てくれることも。最近スリングに入れたままソファに座り、古い漫画本を引っ張りだしてきて読んだり、ラッコのようにお腹に乗せて一緒に寝たりしています。抱っこでもしっかりお昼寝ができると、起きた後にご機嫌さんになり一人遊びしてくれるのでその間に家事などをこなし、かえって時間を有効に使えるようになりました。

疲れている時はなかなか新しいことに挑戦する気がわいてきませんでした。でも思い切ってスリングを使ってみて体も気持ちも楽になりました。
(たけちゃん)

☆赤ちゃんの頃から成長する姿を見守れる喜びはスタッフも一緒です。保育園に通い始めても、時々、お顔を見せてくださいね！ママも育児と仕事の両立、がんばってくださいね！

☆スリングはおでかけのときに使う物と思っていましたが、こういう使い方もあるんですね！発見！お昼寝で大変な思いをされていたようですが、ナイスアイデアが見つかってよかったですね！



スタッフ・リレートーク



スキー場へ行けば、どんなカラフルなウェアも視界に入りにくい・・・雨の日の路面は対向車のライトが広く視界に飛び込んできて眩しすぎる・・・子どものころから目の病気を患っていたうちの旦那様は、その病気を治すために手術を受けました。麻酔をしているとはいえ意識はある。眼下に迫ってくる針に恐怖を感じながらも無事手術を終えられたと思っていた数週間後には、咳をしたため眼内に入れたレンズがずれ、猫の目みたいに瞳孔が変形・・・ぎゃー！！あわてて再手術。

1年ほどたった最近「遠くの山の木の形がはっきりわかる！」と、物が鮮明に見えるようになった彼に「私の顔見て、好みじゃなかったとは思わなかった？」「そんなこと思ってないよ・・・」あら、嬉しい・・・そうしたらもう一言、「でも年は喰ったよな、しわとそばかす増えたね、はっきり見える！」とほほ・・・ (あ)



つどいの広場「にこにこ」

- 開室日** 毎週月～金曜日+第2土曜日(第2土曜日開室の後の月曜日はお休み)
- 時間** 午前 10:00～12:00 午後 1:00～4:00
- 住所** 飯能市山手町13-8 (飯能市立飯能第一小学校内どろんこクラブ隣)
- TEL&FAX** 042-971-3001 **E-MAIL** nikoniko@hanno.jp
- 駐車場** シルバー人材センター内をご利用ください。

☆初めて駐車場を利用される時と第2土曜日については、広場にお問い合わせください。

にこにこは、飯能市次世代育成支援行動計画の一環として、NPO法人 子育て応援ゆうが受託・運営しています。