



子育て支援センター



久米島町字仲泊862-33
nijnohiroba@aioros.ocn.ne.jp
098-894-6206



1月は行く、2月は逃げる、3月は去ると言われますが、今年度もいよいよ最後の月となりました。毎日のようにコロナウィルス関連の情報が飛び交うなか、にじのひろばを気持ちよく利用していただくために利用時間や人数制限、イベントの中止など我慢が強いられる日々でしたが、子どもたちの成長と笑顔にたくさん元気をもらえた一年でもありました♪保護者の皆様のご理解とご協力に感謝申し上げます。

4月からは、新しい環境に向かわれる利用者の方々も多いと思いますが、お子さんのすこやかな成長とよき出会いに恵まれますようスタッフ一同心より願っています。

今月もどうぞお気軽に遊びにいらしてくださいね♪お待ちしております。

***ご利用ガイド**

- ・ 生後3か月の赤ちゃん～未就学のお子さんとその保護者が無料で利用できる施設です。
- ・ 毎週火曜・木曜(午前)は赤ちゃんと妊婦さんの日！妊婦さんも出産の情報収集、ベビー用品マタニティ服のリユース等お気軽にご利用ください。
- ・ 図書の出出コーナーや子ども服のリユースコーナーは常設しています。各コーナーのみの利用も可能です。お気軽にご利用ください
- ・ Instagram(nijnohiroba.kumejima)や公式LINE(にじのひろば)でのひろばの様子や情報発信を行っています。

ご利用時間	月	火	水	木	金
10:00～12:00	のびっこ 1歳～就学前の親子	赤ちゃん(3か月～)と 妊婦さんの日	生後3か月～ 就学前の親子	赤ちゃん(3か月～)と 妊婦さんの日	のびっこ 1歳～就学前の親子
12:00～13:00	個別相談(要予約) *子育てに不安や悩みがある方の個別相談の時間				
13:00～15:00	生後3か月～就学前の親子		にじのわ		生後3か月～ 就学前の親子

***感染症予防について(妊婦さんや赤ちゃん、乳幼児が利用する施設です。ご協力お願いいたします。)**

- ・ 新型コロナ・インフルエンザ・RS・胃腸炎・とびひ等各種感染症に罹患されている方のご利用はご遠慮ください。
- ・ 咳・鼻水・発熱・頭痛等風邪症状のある方はご利用をご遠慮ください。
- ・ 発熱した場合は、解熱後24時間を経て、尚且つ風邪症状がなくなってからのご利用となります。
- ・ 所内ではマスクの着用をお願いいたします。

SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
			1	2 にじのわ(午後)	3	4
5	身体測定 6	身体測定 7	身体測定 8	身体測定 9 にじのわ(午後)	身体測定 10	11
12	13	午前 14 離乳食座談会	15	午前 16 ベビーマッサージ にじのわ(午後)	17	18
19	20	21 休所 春分の日	22 乗馬会(午前)	23 避難訓練(午前) にじのわ(午後)	24	25
26 赤ちゃんの日!!	午前 27 ベビーマッサージ (オイル使用)	28	29	30	31	
新年度準備及びスタッフ研修の為 休所						

*各種イベントは予約制となっております。公式ラインまたはお電話でお申し込みください。

ACTUAL SIZE BOOKS

ズバリ！動物の顔を実物大で見せる図鑑「ほんのおおきさ」シリーズ

本物のゾウってどれぐらいの大きさ？動物の本当の大きさを肌で感じたい！柵やオリを取り払ってじっくり見てみたい！という願いを叶えてくれる絵本です。パンダが虎がキリンがオオアライグマがすぐ目の前にいるかのよう。息づかいまで聞こえてきそうなビッグサイズの絵本は、小さい子から大人まで夢中になってしまいます。にじのひろばでぜひ手に取ってみてくださいね。



BOOK EVENTS Info

島内読み聞かせ会のご案内

読み聞かせ会(ほんのもり)
3月12日(日) 14:30~15:00

ぴよぴよおはなし会(ほんのもり)

3月4日(土) 10:10~11:00
3月5日(日) 10:10~11:00
3月11日(土) 10:10~11:00

対象:1歳未満の乳児と家族

*1家族に1スタッフがマンツーマンで赤ちゃん絵本を読みます

*予約優先・当日申し込みも可能です



REUSE



リユースで人と地球に優しい活動

子育て支援センターではサイズアウトした服や使わなくなったベビー用品、おもちゃ等のリユース活動を行っています。転出の時期は家具やベビーベッド等の譲渡も行われたりしています。大型のものはコミュニケーションボードを設置しているので写真を掲載してからのやりとりを推奨しています。服やおもちゃ、靴などは常設コーナーでいつでもご利用できます。子育て支援センターを普段利用していない方のやり取りも大歓迎！ぜひのぞきにきてくださいね♪

REFRAMING

マイナスのとらえ方をプラスに変換しよう！

泣き虫

感受性が強い

うるさい

おしゃべりが上手

落ち着きがない

好奇心旺盛！

子どもは可愛い！でも子育ては大変で、悩みは尽きず。。。そんな会話がにじのひろばではよく飛び交っています。子どもはそれぞれに個性を放って成長していきます。そんな中、可愛いはずの我が子、楽しいはずの今の時期。。。と想っていても、家事に追われる、睡眠不足が続くとストレスが溜まってしまいネガティブな思いが募ってくるのも子育て。そこで、子育て支援センターから今月のお勧めは「リフレーミング」です。リフレーミングとは、【ある枠組み(フレーム)を外して違う枠組みで考えること。】を指します。ネガティブに捉えてしまいがちなものを、ポジティブ視点で捉えるようにする技法です。リフレーミングを日常的に行う事によって、子どもの自己肯定感を高めることもできます。自己肯定感とは、ありのままの自分のことを受け入れて、認められる感情。自己肯定感が低いと「自分は何をやってもダメな人間だ」と考えてしまいがち。自己肯定感を高めるには、子どものありのままを尊重し、プラスの声かけをしてあげることが大切になります。リフレーミングを意識することにより言葉を発する側のストレスも軽減されるそうです。ただし！危険な行動や命にかかわるような重大なことはしっかりと叱りましょう。例えば車道で遊んでいるときは「大胆な行動で、挑戦心溢れる子だ…。」なんて誤ったリフレーミングをしないように気を付けてくださいね！時と場合を考慮しつつ。。。！ポジティブな思考をくせづけるリフレーミング、きっと子育ての大きなサポートにつながると思います！

リフレーミングで自分にも子どもにも優しい子育てを！

