



たんぽぽ保育園 子育て支援センター

# 11月 たんぽぽ広場

社会福祉法人 共同福祉会  
たんぽぽ保育園

子育て支援センター  
たんぽぽ広場

〒904-2142 沖縄市登川1-33-3  
電話 098-938-9379  
子育て相談 098-934-3568  
発行責任者 園長：嘉陽理子

いきいき子育て応援します！

子育てに不安や  
悩みはありませんか？  
子育て仲間が欲しいお母さん  
きっとここに答えがみつかるよ。  
お子さんと一緒に  
遊びにおいでよ！

## 利用料は無料！

子育て支援センターたんぽぽ  
広場は、国・市が補助金を出  
し、つくられています。  
ですから無料で利用できます。



たんぽぽ広場は、主に家庭で子育てをしているお母さん達が集まり、情報交換したり、お子さんと一緒にみんなで楽しく遊べる交流の場です。お父さん、おじいちゃん、おばあちゃん、もうすぐママになる方もお気軽にご利用ください！！

### 《よくある質問Q&A》

- 利用時間は？ 月～金曜日 9時45分～午前中（午後は新規登録、子育て相談）  
必ず持っていくものは？ お子さんのお着替えやタオルなど（お菓子やジュース、おもちゃの持ち込みはご遠慮ください。）  
予約しないとダメ？ 感染症対策のため予約制です。（電話またはLINEにて予約お願いします。）  
何歳から利用できるの？ 0歳～就学前まで  
利用できる地域は？ 指定はありません。沖縄市以外の方もどなたでも利用できます。  
子ども（小学生）だけの利用もOK？ 子どもだけの利用はできません。

子育て相談→こんなときどうしたらいいの？最近疲れてイライラしちゃう…色んな場面で起こる子育てに関するお悩みなど、電話やメールでお気軽にご相談ください。（秘密厳守します）

### ●利用者の皆様へお知らせ

※利用する際は、事前予約をお願いします。

ご理解とご協力の程よろしくお願ひいたします。

たんぽぽ広場 LINE登録はこちらから→



★メール  
okinawatanpopo@hoikuen.to



★ホームページ  
<http://www.okinawa-tanpopo.com/>

## 利用者の声

### 今、私の想うこと

私たちは県外から家族4人で夫の実家のある沖縄市に帰省中にこちらの支援センターを利用させていただきました。

4才の娘は「さくらさくらんぼ保育」を実践している小さな保育園に0歳児から通い、自然豊かな中で毎日裸足で遊び、体の基礎づくりのためのリズム運動をして過ごしてきました。子どもの大好きな環境をなるべく沖縄でも体験させてあげられたらと事前にたくさん調べる中でこの「たんぽぽ広場」と出会い、裸足で外遊びができる所があると知りました。

リズム運動も大好きなので喜んで参加するかと思いきや子どもの多さに圧倒されたのか私にくついたまま離れず一度も参加しませんでした。元気にリズムをする姿が見たかった私は「せっかくできる環境があるのに…」と残念でしたが、そんな娘に先生方は「見ていてくれてありがとう」と”その場にいるだけでいいんだ”と感じさせてくれる優しい声かけをしてくださって、私はハッさせられました。そしてきっと娘もそんな温かい先生方の笑顔と言葉に安心したと思います。

数少ない利用でしたが、わんぱく娘のエネルギーの発散をさせてもらい、7ヶ月の弟にとっても良い刺激になり、私もリフレッシュサークルに参加できるなど、親子で楽しい時間を過ごさせてもらい、「沖縄生活」の貴重な思い出のひとつになりました。

機会があればぜひ遊びに行かせていただきますので、その時はまたあの笑顔で迎えていただけたら嬉しいです。本当にありがとうございました。

伊良部由季子（沖縄市・和歌山県在住）

## 園長室の窓から

それでいいじゃない

きょうもがんばったね。  
すごいよ、  
よくがんばったよ。  
それでいいじゃない。

だれだって、  
勝つときもあれば、  
負けるときある。

だれだって、  
うまくいくときもあれば、  
いかないときもある。

精一杯やったから、  
それでいいじゃない。

中井俊巳 著  
「元気になれる天使のささやき」より  
PHP研究所 出版

先日の保育園の運動会では、子どもたちが自分らしく力を發揮するその姿に沢山の感動をもらいました。緊張しながらも一生懸命走ったり、踊ったりする子、仲間を大きな声で応援する子、最後まで諦めずに走り抜く子。どの瞬間もこどもたちの個性が溢れ輝いていました。

うまくいくことも、思うようにいかないこともあるけれど、その一つひとつが確かな“成長”的証です。その姿に、私たちは胸が熱くなりました。

「それでいいじゃない」・・・この詩にもあるこの言葉の通り、子どもたちの頑張りをまるごと認めてあげたいと思います。

そして、そんな子どもたちを支えるお母さん、お父さん。毎日、子育てに家事に、たくさんのことこ頑張っているお母さん、お父さんへ。

「頑張りすぎなくていいよ」と伝えたいです。

皆さんの頑張りは、ちゃんと伝わっています。完璧でなく大丈夫。こどもたちは皆さんの笑顔が大好きです。だからどうか、明日も少しだけ肩の力を抜いて。自分らしく過ごせますように。

私たち保育者はお母さん、お父さんが日々の小さな幸せを感じながら、穏やかな気持ちで過ごしてほしいと願っています。

私たちは、これからもお母さんたちのそばで、共に喜び、悩み、支え合いながら見守っていきます。

――「それでいいじゃない」

今日のあなたも、きっと、十分に素敵です。園長 嘉陽理子

## 絵本の貸し出しをしています。

保育園の本を利用の方へ  
貸し出しています。  
お子さんと一緒に選んで下さいね。  
月曜日～金曜日9:30～15:00

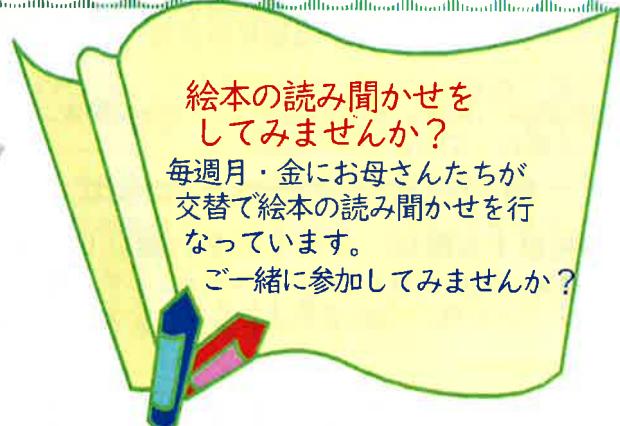
絵本の貸出ルールに従って  
お借りください。



## 絵本の読み聞かせをしてみませんか？

毎週月・金にお母さんたちが  
交替で絵本の読み聞かせを行  
なっています。

ご一緒に参加してみませんか？



## 0さいから もりのおふろ

★作・絵：西村 敏雄 出版社：福音館書店 1100円

ライオン、ゾウ、ウサギ……たくさんの動物が森のおふろにやってきた。

みんなで輪になり背中を流し、おふろにドボーン！ ゆっくりお湯につかって、

極楽極楽、いい気持ち！



今月の  
おすすめ  
絵本

## 3さいから もぐらバス

★文・絵：うちのますみ 原案：佐藤 雅彦 出版社：偕成社 1100円

ものおきのした！ ちようめ、だれかんちの にわ 3ちようめ、こんなバスの停留所見たことないですよ。でも、それが、ある町の地面のそのまた下には、あるんです……。

NHK教育番組「ピタゴラスイッチ」の制作者コンビが世に送りだす、たのしい絵本。

絵本ナビより



## ★子育ちのポイント 子育ての悩み Q&A

**マッサージのすすめ** 先月、乳幼児期のイライラ、キーキー癪癪持ち等、いつも機嫌が悪い子はもしかしたら「睡眠不足」かも？ ということで乳幼児期における心地よい入眠についてお伝えしましたが、実はマッサージもとても有効です。今月はマッサージの効果についてお伝えします。こどもの癪癪や不機嫌に困っているお母さんだけでなく、どなたも日々の子育てに取り入れてみてくださいね。

あかちゃんへのマッサージの目的は”ふれあう”こと。触れ合うことで心と心が通じます。赤ちゃんにとって「抱かれ、触れられ、愛撫されること」は栄養のようなもの。皮膚への刺激は赤ちゃんの成長にとってとても大切です。皮膚接触の刺激は脳をはじめとする神経系統を活性化させ、全身の内分泌系（ホルモン系）にもよい作用をもたらします。ストレスが和らぎ、睡眠量が増え、心が安定します。

### ○マッサージがもたらす15の効果

- ①子どもの生きる力を引き出します。
- ②親子の絆を深めます。
- ③愛と信頼の人間関係を育て、対人関係の能力を高めます。
- ④育児に自信とゆとりをもたらします。
- ⑤夜泣きがなくなります。
- ⑥赤ちゃんの発育がよくなります。
- ⑦心の元型となる感覚・感性を育てます。
- ⑧赤ちゃんの運動機能が高まります。
- ⑨抵抗力・免疫力が高まります。
- ⑩消化機能が高まります。
- ⑪皮膚が丈夫になります。
- ⑫赤ちゃんの呼吸が深まります。
- ⑬赤ちゃんに幸福感をもたらします。
- ⑭赤ちゃんの将来による影響を与えます。
- ⑮自信にみちた賢い子どもに成長します。

### マッサージの準備①



来月は実際のマッサージの仕方についてお伝えします。  
お楽しみに！

参考資料：「心と体を育てるベビーマッサージ」能登春男 能登あきこ著

## 沖縄市 心理士による子育て相談

たんぽぽ広場では、月1回、沖縄市の公認心理師による子育て相談を行っています。子育てについてお気軽にご相談ください。（予約制）

## たんぽぽばあちゃんによる伝承あそび

毎週1回、たんぽぽばあちゃんによる沖縄のわらべうた、昔話、伝承あそびなどしまくとうばを使って教えてもらっています。一緒に遊びませんか？

## ★子育てサークル

●リフレッシュサークル ha★sh！  
今月のサークル日はセンターにてお知らせします。

●つく～る☆さ～くる くるくる  
現在活動をお休みしています。

## 今月の活動日

## ★感染症拡大防止について

★以下の通り感染症対策を行なっています。

ご協力をお願いします。

○マスク着用（個人判断）

○手指消毒

○検温（発熱の場合、利用不可）



# 今月の予定



日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1
	自主交流	自主交流	自主交流	自主交流	自主交流	
2	3	4	5	6	7	8
	文化の日 (公休日)	自主交流	自主交流 たんぽぽあちゃんの日	自主交流	自主交流 センター運動会	
9	10	11	12	13	14	15
	自主交流 サークルhash!	自主交流	自主交流 たんぽぽあちゃんの日	自主交流 身体測定日	自主交流 防災講座	
16	17	18	19	20	21	22
	自主交流	自主交流 たんぽぽあちゃんの日	自主交流 市心理士相談日	自主交流	自主交流	
23	24	25	26	27	28	29
	勤労感謝の日 振替休日	自主交流	自主交流 たんぽぽあちゃんの日	自主交流 誕生会	自主交流	
30						

※実習生受入・・・看護学校学生、保育専門学校の学生が子育て支援センターについて学ぶため活動に加わります。ご理解とご協力よろしくお願いします。※リフレッシュサークルHa★sh!は今月はお休みです。

## 私たちのめざす子ども像

- ・心身ともに健康な子ども
- ・自然を愛し、創造力の豊かな子ども
- ・物事をありのままにみて、自分の頭で考える子ども
- ・仲間を大切にする思いやりのある子ども
- ・働くことを喜びと感じられる子ども
- ・自分の要求をはっきり言い、相手の要求も聞ける子ども
- ・困難にぶつかった時でも、意欲的・積極的に行動できる子ども

## 知つ得情報

- おきいく  
OKIIKU（おきいく）は、沖縄市の子育て支援に関するポータルサイトです。子育てに役立つ情報が満載です。  

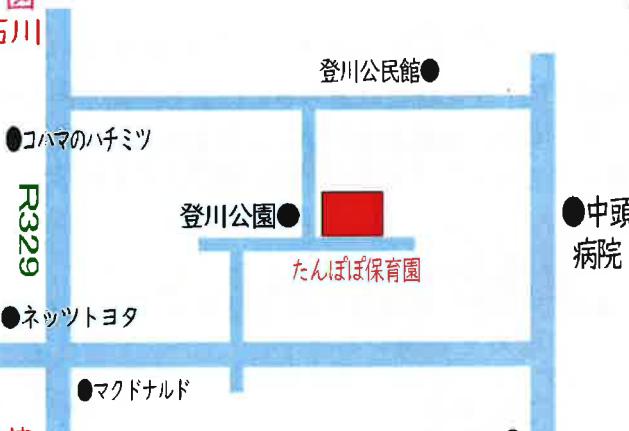
- ファミリーサポートセンター  
「子育ての手助けをしてほしい」「子育ての手伝いをしたい」という人たちが地域で相互援助活動を行う会員組織です。
- あけぼの子育て支援センター  
・・・胡屋あけぼの保育所内
- 一時保育・・・きらきらこども園ageda  
きらきらこども園
- 夜間保育・・・室川夜間保育園  
延長保育、発達支援保育、乳児保育を実施している公立・認可保育園あります。

★問い合わせ：沖縄市役所 保育・幼稚園課  
電話 939-1212 (内線3136)

利用者合計 (9月25日～10月25日現在)  
大人 (72) 名 こども (93) 名  
累計  
大人 (442) 名 こども (509) 名  
今月の苦情受付 0 件

## 地図

↑石川



↓知花

このたよりは (SOURCENEXT) 『パーソナル編集長』Ver1.6を使用しています