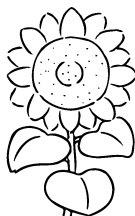


# 子育てサロン新田

ひまわりだより 7月



2018. 6. 26 子育てサロン新田  
TEL:03-3911-0977

## 7月の予定

3日(火)	保育コンシェルジュ 出張、相談	10:00~11:00
5日(木)	七夕制作	10:00~16:00
10日(火)	親子でダンスを楽しもう	11:30~11:45
12日(木)	身体測定	10:00~16:00
13日(金)	水あそび開始	11:15~11:45
19日(木)	親子リズムと誕生会	11:00~12:00
24日(火)	お野菜朝の会	11:30~12:00
	※朝の会の最後にみんなで野菜を食べます	
26日(木)	親子でダンスを楽しもう	11:30~11:45
31日(火)	おやつ会・食事相談	15:30~16:00

たなばたさま

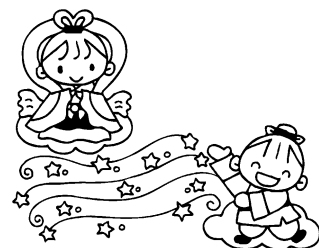
ささのはさらさら のきばにゆれる  
おほしさまきらきら きんぎんすなご

ごしきのたんざく わたしがかいた  
おほしさまきらきら そらからみてる

☆7月13日(金)~8月31日(月)の間 毎週月曜日・水曜日・金曜日は **水遊び**があります。

11:15~11:45 1日10組 保育園のプールに入れますよ!

プールは、気温が27℃以上で、1歳の誕生日を迎えた子から3歳まで入れます。  
詳細はプールの手紙を見てください



## 第2回

<子育て ワンポイント>

~ 子育てがつらく感じても 大丈夫 だいじょうぶ~

子育てを頑張っているお母さんが、子育てが辛いと感じた時にこのメッセージを見たら、きっと元気になれると思い綴ってみました。

①子育ては思うようになかなか行きませんね。

そんな時「今は余裕がなくなっている」と気付けた自分をほめてあげましょう。

自分を責めるのはやめて「自分なりに良く頑張っている」と自分に優しくしてみてもいかがでしょうか。

②子育ては自分の体調が悪い時もお世話しなくてはいけないため、しんどいですよね。

**本当にお疲れ様です。**

こんな時は「長いトンネルも出口が必ずある」子どもはやがて成長して親から自立していきます。「しんどい」けど頑張ったと思える日を信じていきましょう。

きっとその日が来ますよ。

③毎日が子育てで煮詰まった時ほど「ほどほどに」「適当に」「いい加減に」が見えなくなっていますね。

少し距離を置いて子どもの様子を観察して見ると見えてくることがあります。

子どもは親の不安や緊張を感じ、緊張して泣き、眠れない、食べない状況になります。

子どもの様子を観察し親がちょっと関わり方や、考え方、見方を変えることで「安心感」「笑顔」が出てきます。

いつも頑張っているお母さんは、本当にすごいです。そんなお母さんに「勲章」をあげたいと思います。

子育ては「待つことが大事」とも言われています。

ほどほどにやってみましょう。だいじょうぶ、だいじょうぶ。