



# あいくる通信

子育て家庭支援センターあいくる

TEL 2966-2848

E-mail aikuru@m.ictv.ne.jp

ホームページ <http://aikuru-iruma.com/>

2024年5月号

＊ ＊ 子育て家庭支援センターあいくるは入間市の地域子育て支援拠点委託事業です ＊ ＊

どなたでもご利用いただけます。遊びに来てね！

Everybody is welcome here at aikuru. We're excited for you to come play with us. Ven a jugar! Desde niños hasta adultos todos son bienvenidos. 任何人都可以使用，歡迎來玩！누구든지 이용하실 수 있습니다. 놀러오세요!



## 近所の河原へしゅっぱ〜っ！！！！



桜がきれいな霞川の河原。天気もいいし、桜もきれいだから行こう！と思い立ち、お散歩へ行ってきました！！きれいな桜のピンクとお空の青のコントラストが素敵な中、コイヤカモに「おーい！」と手を振り、花を摘み、みんなで走り回り…家族以外の誰かと行くお花見もいいね〜♪なんてお話ししながら、春を満喫してきました。楽しかったね♪

子育て家庭支援センターあいくるって…

自分のペースで 出かけ、  
いつ行って、いつ帰ってもいい、  
それでいて、まったく知らん顔でもなく、  
あたたかい雰囲気のある居心地のいい場所。  
お友達に出会える「あいくる」は、  
「親子がのんびりと集える場」です。

あいくるスタッフには、保育士のほか、  
発達支援サポーター、早期発達支援士、  
音楽療法士等、専門の知識を持った者が  
います。みなさん安心してご利用ください。

## ゴールデンウィーク期間中の開室について

**カレンダー通りの開室です。**

※はぴはぴもカレンダー通りとなります。

※土曜日の開室日が変わっています。

ご注意ください。

産前産後ママのための

2024. 4~

「産後ケア」から名称が変わりました！

## バランスボールエクササイズ

産前産後のママの心身は、とってもナイーブ。  
そんなママの回復を図るために、バランスボールエクササイズ！  
汗を流してスッキリした後は、助産師さんも一緒に交流会♪  
ドキドキした顔で参加していたママも、終わるころには笑顔が溢れています。今年度も月に1回開催予定！ぜひどうぞ♪

### 今後のスケジュール

5月23日(木)

6月27日(木)

7月11日(木)

8月29日(木)

場所：健康福祉センター

時間：10：00～11：45

対象：妊娠中及び出産後2～6か月のママとベビー

申込：あいくる 04-2966-2848

詳細は SNS または スタッフまでどうぞ♪

9月以降も順次開催！  
インスタやチラシを見てね♪

ひとりじゃないよ お話しましょ♪

利用者支援事業「cocoperi あいくる」  
ここペリ

### 「登園しづり」どうしたらいい？

5月の連休明けくらいからお子さんの「行きたくない」が出て毎朝大変…なんて声が毎年聞かれます。ある育児雑誌のアンケートによると75%の方が行きしづりを経験しているそうです。「行きたくない」の理由や背景は、お子さんの年齢や性格によって様々だと思いますが、親と離れることへの不安や自分の思い通りにならない事、イヤな思いをしたなど集団生活に少なからずストレスがかかっています。まずはそのストレスを「行きたくない」「イヤ」と自分の意志として示し訴えられた事を成長の証として大人がしっかり受け入れてほしいと思います。そしてお家では「一緒に」遊ぶ、ご飯を食べる、お風呂に入る、寝るなど出来るだけ親子で向き合う時間をたくさん作ってあげて、安心感を充電させてください。安心感が満たされると次第に行きしづりも解消されていきますよ。ただし、イヤの気持ちを言葉や行動に出せずストレスを溜め込んでしまう子もいます。機嫌の悪い日が続く、睡眠が乱れる、頻尿になるなどお子さんに変化が見られるときは、園の先生とコミュニケーションをとり協力して見守り、SOSをキャッチしてあげてくださいね。

#### 相談専用電話

月～金 9時～16時半  
080-2089-8296

#### 相談室で

豊岡広場の  
相談スペース  
(要予約)

#### LINE 相談



#### 普段の広場で

あいくる、あん、むぎ、はぴはぴ

### こいのぼり

元気に登場！

あいくるのお庭に大きな鯉のぼりが！  
青空の下、気持ちよさそうに泳いでいます。



### おはなしかい はじめマシタ

丸広百貨店にある紀伊国屋書店さんで  
毎月第一木曜日におはなしかいを開催！  
日時はインスタを確認してね♪

## こどもと外であそぶこと

こどもとの毎日の中で、外で過ごす時間はどのくらいありますか？魅力いっぱいの屋外で遊んで、生きていくチカラをつけましょう！

### 【外を歩こう！】

「歩くことが難しい小学生が増えているので、山登り遠足は行きません。」「駅から目的地まで歩くことが難しいので現地までバスで行きます。」等の話。これを聞いてどこの地域の小学校を想像したでしょうか？これはアスファルトに囲まれた都心の話ではなく、私達の暮らす入間市の話です。歩くことが難しい、そんな子ども達が確実に増えています。歩かなくてもどうにかなる生活かもしれません。けれど、災害時等、歩かなければ助からない時もやってきます。また「足は第2の心臓、第2の脳」等の言葉を聞いたことはあるでしょうか？足の裏には無数の感覚神経やツボがあります。足の裏への刺激が脳に届き発達を促し、感性をも育みます。つまり歩くことは心身共に健康になり、豊かに生きるための第1歩！多くの刺激を受けるためには平たんではなくデコボコした場所を歩くことも大切です。

幸い入間にはそんな自然がいっぱい！  
さあ、一緒に外で遊びましょう♪

おやこ自然遊びコーディネーター  
村野裕子





# 5月あいくる広場 & 出張広場はぴはぴ

☆表示の事業はあいくる豊岡広場でのみ開催です。  
☆子育て相談は随時行っています。

5月のあいくる豊岡広場は午前も午後も予約なしで利用できます！

	月	火	水	木	金	土	日
	諸事情により、イベント中止や広場が閉室になる場合があります。HP や SNS でご確認ください。		1【野菜の日】	2 ☆読み聞かせ会 13:00~ 紀伊国屋書店にて ※予約不要	3 休み	4 休み	5 休み
	2024.4~今年度より産後ケアは『産前産後ママのためのバランスボールエクササイズ』に名称変更となりました。		ねいちゃ~ 東藤沢地区センター 大会議室	白髭神社	休み		
豊岡	6 休み	7	8【野菜の日】	9	10 ☆あいくるフリーベース (若者の居場所) 17:00~21:00	11 通常開室	12 休み
出張広場 はぴはぴ	休み	農村環境改善センター 洋室(2F)	ねいちゃ~ 東藤沢地区センター 大会議室	白髭神社	藤の台分館		
豊岡	13 ☆阿部助産師さんの日 10:30~11:30	14 ☆みんなの広場 16:00~17:00 ※なくなり次第終了	15【野菜の日】	16	17 ☆あいくるフリーベース (若者の居場所) 17:00~21:00	18 休み	19 休み
出張広場 はぴはぴ	藤沢地区センター洋室B ふじのみや公園(AM)	農村環境改善センター 和室(1F)	ねいちゃ~ 東藤沢地区センター 和室	彩の森公園(雨天中止) 白髭神社休み	藤の台分館		
豊岡	20	21 スタッフ研修のため お休み	22【野菜の日】	23 ☆バランスボール エクササイズ※要予約 10:00~11:45 健康福祉センター	24 ☆ままとタイム 13:30~14:00	25 休み	26 休み
出張広場 はぴはぴ	藤沢地区センター洋室B ふじのみや公園(AM)	農村環境改善センター お休み	ねいちゃ~ 藤沢第6区公会堂	白髭神社	藤の台分館	5/24 あいくるフリーベース (若者の居場所) 17:00~21:00	
豊岡	27 ☆AM ベビーの日 ※10:30頃~ベビーマッサージ を予定	28 5/27 村野裕子ラジオ出演 FM77.7で放送! 13:00~	29【野菜の日】	30	31 ☆資源回収		
出張広場 はぴはぴ	藤沢地区センター洋室B ふじのみや公園(AM)	農村環境改善センター 洋室(2F)	ねいちゃ~ 東藤沢地区センター 和室	白髭神社	藤の台分館	5/31 あいくるフリーベース (若者の居場所) 17:00~21:00	

## <あいくるご利用について>

- ~広場は「親子が一緒に」楽しく遊べる場所です~
- 開室時間 9:00-15:00 (ランチタイム 12:00~13:00)
- ※室内に消毒セットあり 随時ご利用ください
- ※広場終了時に、おもちゃの消毒を行っています
- ※ランチタイムはお庭及び室内で昼食を食べることができます
- ※室内外問わず、レジャーシートを持参してください

## おやこで一緒にわらべうた

ちょっとしたときに遊べるわらべうたを2曲ご紹介♪

♪たけのこめだした♪  
たけのこめだした  
はなさきやひらいた  
はさみでちょんぎるぞ  
えっさえっさえっさっさ

QRコードからわらべうたの  
動画が見られます!  
遊び方は動画をごらんください♪



## <出張広場 はぴはぴ>

予約不要・利用料無料

- 各所 9:30~14:30 (ランチタイム有)
- ※ランチタイムご利用の場合はレジャーシートをお持ちください
- 【藤沢地区センター】 毎週/月曜日 (下藤沢 5-17-1)
- 【ふじのみや公園】 毎週/月曜日 (藤沢公民館前)
- ※9:30~12:00 まで公園で遊んでいます
- 【農村環境改善センター】 毎週火曜日 (下谷ヶ貫 915-3)
- ※金子地区センターははぴはぴ工事のためお休み中
- 【ねいちゃ~】 毎週/水曜日 (鍵山 3-10-20)
- 【東藤沢地区センター】 第 1,2,3,5 水曜日  
(東藤沢 3-19-19)
- 【藤沢地区第6区公会堂】 第 4 水曜日 (下藤沢 2-10-14)
- 【白髭神社内2区公会堂】 毎週/木曜日 (野田 563-2)
- 【藤の台分館】 毎週/金曜日 (上藤沢 406-31)

〈イオンの黄色いレシートは“あいくる”へ〉  
毎月11日に行われているイオンの黄色いレシートキャンペーンにあいくるも参加しています。11日にお買い物をされたら、あいくるBOXをお願いします。おもちゃや、みなさんに気持ちよく過ごしていただくためのお掃除用品などをいただいています。

### 〈利用者支援事業を行っています〉

令和2年5月から利用者支援事業『cocoperi ここぺり』が始まりました。普段の広場でも今まで通り相談できますが、より詳しい情報を持つ専門のスタッフが、子育て情報をお伝えしながらママの悩みと一緒に考えます。

子育ての困った時や、子どもの心配など、遊びに来たついでにちょっと話してみませんか？

あいくる・あん・出張広場はびはび

・むぎなど、色々な広場に行っています。



### \*\*\* ママと子どもの英会話 \*\*\*

“What is your new homeroom teacher's name”

「新しい担任の先生の名前は？」

英語では担任の先生を homeroom teacher といいます。ぜひ使ってみてくださいね☆ ロジャース律子

### ●資源回収ありがとうございました●

大勢の方にご協力いただきました。  
いつもありがとうございます。

あいくるでは資源回収での一部を日本ユニセフ協会に毎月送金しています。この度、継続10年の感謝状が届きました。

広場で大切に飾らせていただきます。

段ボール・牛乳パック・雑誌類・アルミ缶を、あいくるでは月に1度資源回収をしています。※古布は回収しておりません  
お家にありましたらぜひお持ちください。

(編集後記)

キレイな桜、見られましたか？あいくるでも、桜が散る前にと近くの霞川へ行ってきました。暖かい日差しの中、カモやコイに手を振るみんなが可愛くて♪穏やかでいい日だななんて思いました。桜を愛でたと思ったら、世の中GWの話がチラホラ。ちょっと前まで、まだまだ寒いねなんて会話をしていたのに。季節の移り変わりは早いですね。あっという間に日差しが強くなり、あいくるも日よけを設置しました。少しの雨なら防げるか！？小雨程度なら遊べるか！？とソワソワしているところです。毎年、急な暑さに身体が驚くお話を耳にします。なんとなく外に出ることを避けてしまいたくなりますが、ちょっとずつ身体に汗をかかせる必要があるそうです。発汗の準備がまだ整っていない今、汗が出にくく、体温が上がってしまう。しっかり水分補給をして、うっすら汗をかく程度に身体を動かす。まだまだ春を感じているところですが、次の夏に向けての準備を始めないとですね。私はまずGWの予定でも考えようかと思えます。SUZU

### あいくるでは一時預かりをしています！

保護者の方のリフレッシュ・看護・介護・出産・冠婚葬祭などにご利用ください。

6ヶ月～1歳未満児 1時間900円より

1歳児以上 1時間700円より

年間登録料：2000円

※自治会カードをお持ちの方1割引(1800円)

- ・原則として前日までにご予約をお願いしておりますが、緊急の時はご相談ください。
- ・曜日・時間等はお相談ください
- ・多胎児支援(双子ちゃん・3つ子ちゃん等)として双子ちゃんたちを同時に預けた時の一時預かり料金が2人目以降は半額になります(R6.4.1～)
- ・障がいをお持ちのお子さまもご相談ください

“AIKURU”の活動に賛同してくださる

賛助会員・正会員を随時募集しています。

詳細は“AIKURU”までお問い合わせ下さい。

#### 〈正会員〉

■入会金 なし

■年会費 3,000円(年に1度更新)

#### 〈賛助会員〉

AIKURUの活動に賛同して支えてくださる方

(一口) 10,000円

特定非営利活動法人 AIKURU

〒358-0003

入間市豊岡1-8-39 サイオス駐車場棟1F

Tel 04-2966-2848

E-mail aikuru@m.ictv.ne.jp

<http://aikuru-iruma.com/> →

スタッフブログにて行事の様子や広場での出来事などを紹介しています。

Instagram やってます！ → → →

〈全ての広場〉 利用料：無料

#### 〈アクセス〉

- ・西武池袋線入間市駅より徒歩10分
- ・駐車場は併設されていますが有料です。

#### 〈開所時間〉

9時から15時まで(12～13時のぞく)

[月～金曜日・奇数月第2土曜日]