

特集

子育て支援館

こどものくにへ あそびにきませんか？

親子で楽しく遊んだり
保護者同士で交流しながら
ほっとできる広場



子育て支援館こどものくにには、平成15年にイルフプラザの4階にオープンし、22年の間、県外、市内外問わず、年間約3万人の親子が利用する人気の子育て支援施設です。

赤ちゃんから年少入園前の子どもと家族が利用でき、子どもを遊ばせながら、子育ての心配ごとを、館内にいる保育士・看護師・栄養士に気軽に相談することが出来ます。専門スタッフによる相談日も設けているので、専門的な相談もでき、予約制の子育て相談では、心理相談員が子育ての相談を継続的に行うことで、お子さんの成長を見守っています。スタッフが気軽に声がけしてくれるので、安心して来ることができるという声も多く聞かれ、スタッフの温かい充実したサポート体制が、こどものくにが長年にわたり子育て世帯に信頼される大きな理由となっています。

このほか、ここならではの特徴は、心がこもった「スタッフ手作りのおもちゃ」。身近にある材料で丁寧に作られ、種類も豊富で子どもたちにとっても人気があります。太鼓などの楽器から、変身用の衣装やわくわくハウス、なかでも人気があるのが、箱の中に入って引っ張ってもらって遊ぶ乗り物。パトカー、キャラクターの車など、どれも夢があり、楽しいものばかり。繰り返し来館しても、子どもたちが飽きない理由はここにもあるのかもしれない。作り方も教えてもらえるので、自宅でも再現できる場所も魅力です。また、託児付きで、親がリフレッシュできる講座や親子で楽しめる講座もあります。今月は、人気の子育て支援館こどものくにの魅力を詳しくお伝えしていきます。

こどものくには、こんな広場です

- いつでも好きなときに、親子でのびのび遊べます。
- 悩んだり困ったときはいつでも相談できます。
(保育士・看護師・栄養士がお話をうかがいます)
- 親子で楽しめるイベントを開催しています。
- 親を対象にした講座や、親子で楽しむ講座があります。
- 子育てや仲間づくりなどの情報を知ることができます。
- 育児談話室では、親子でサークル活動ができます。
- 保護者同士の交流もできます。

みんなの人気者
カメのイチロー
がお出迎え！

イルフプラザ
4階に来てね！

こどものくにが大好き！

遊びに来ていたお母さんに、「こどものくにのいいところ」を聞きました！

上の子と一緒に来ていたので、小さい頃からずっと来ています。ハイハイが好きで、広い館内をあちこちハイハイして、疲れて寝てくれるので助かります。

週に3、4回来ています。気軽にお話しできる保育士のスタッフさんにお昼寝のタイミングなどを相談したところ、生活のリズムが整ってきました。ヨガ講座にも参加してリフレッシュしています。

市外在住ですが、土日に開館してありがたいです。広くて体を動かして遊べるものが多いのがいいですね。



松澤歩さん
ゆいさん (11か月)



杉本真由美さん
とうまさん (2歳1か月)



戸田桃香さん
いつきさん (1歳8か月)



こどものくにでは、来館した子どもたちや、そのご家族が温かい雰囲気の中で笑顔で安心して過ごしていただける環境を提供していきたいと思っています。スタッフとのおしゃべりや相談など、いつでも気軽にできますよ。毎日のわくわくタイムや楽しいイベント、講座もあります。広くてのびのび遊べるこどものくにで、ぜひたくさん楽しんでくださいね。

こどものくに館長
有賀

利用のしかた

利用できる人	0歳から年少入園前までの子どもと、その保護者。兄弟は就学前まで入館可能です。
利用料金	無料
利用者登録	200円 (1世帯につき) 年度更新
開館時間	午前9時30分から午後5時30分
休館日	毎月第2火曜日

こどものくに
ホームページ



で、できること

だれでも参加できるものから、予約制のものまであります。イベント参加をきっかけに、その前後でゆっくり遊んでみてください。



楽しいイベントが盛りだくさん!

おおきなおはなしたまご

だれでも

月1回 11:00 ~

ボランティアの先生方による、読み聞かせ・パネルシアター・ピアノ演奏などがあります。



ピアノ
新井光恵さん

ピアノ・歌・読み聞かせを聞いてくれてありがとう。ことばと音がミックスしたときのパワーを感じてもらえたらうれしいです。おうちに帰ってやってみてね。



読み聞かせ
神尾洋子さん

歌
小口悦子さん

つくっちゃおう

要予約

月1回 10:30 ~、14:30 ~

身近な材料で簡単なおもちゃを作ります。



宮坂夏鈴さん
いおさん (1歳4か月)

初めて参加しましたが、紙を貼ったりシールを貼ることができました。



たべるのだいすき

だれでも

月1回 11:00 ~

栄養士によるおすすめレシピ紹介と「ちょこっと試食」があります。



マカロニのあべかわ

お誕生日会

だれでも

月1回 11:00 ~

誕生月のお子さんをみなでお祝いします。ささやかなプレゼントがあります。



池田麻央さん
ひかりさん (5か月)



ぺったんこの日

だれでも

月1回 10:30 ~ 16:00

誕生月のお子さんを対象に、「思い出手形」をとります。



おいしかったので家でも作ってみようと思います。

長橋瞳さん
いつきさん (11か月)

こどものくに

2

さまざまな講座で

要予約

ママもパパもリラックス！

〈託児付きもあります〉

運動系からものづくりまで、さまざまな講座があります。スタッフによる託児がある講座もあります。予約制なので、安心して受講できます。



運動系講座……キックボクシング、ピラティスなどでおもしろい体を動かします。

フラダンス講座……パウやレイを着けて音楽に合わせて踊ります。

ラララッキング講座……子どもが喜ぶ簡単メニューを作ります。

親子リトミック講座……リズムに合わせ親子の触れ合いを楽しめます。

ヨガ講座……産後の体の整えや育児疲れを解消できます。

工作……手作りで、すてきな作品ができます。



3

気軽になんでも・・・

相談 してください！

常駐している保育士、看護師のほか栄養士、歯科衛生士に相談することができます。子育て相談では、心理相談員が子育ての悩みに応じます。

みなさんの声



毎日
いつでも

看護師・保育士 による相談

ちょっとしたことで、お子さんを遊ばせている合間にいつでも気軽に話しかけてくださいね。

看護師
関



スタッフのみなさんが、気にかけて気軽に話しかけてくれるのでいろいろ相談しやすいです。



山越由香さん
こはるさん(3歳)・かえでさん(7か月)



月1回
いつでも

もぐもぐ相談

離乳食の進め方や、食べ物の好き嫌いをどうするかなど、食べることにに関する悩みをお聞きます。

栄養士
高見澤



アレルギーがあるのですが、食べ方のアドバイスをしてもらいました。



柳沢彩さん
さなさん(1歳5か月)



月2回
10:30
～
12:00

歯っぴー相談

歯磨きのコツやお口に関する心配ごとがあれば、気軽にご相談ください。

歯科衛生士
横沢



間食と歯磨きのタイミングなど気になっていたことが解決して安心しました。



小口雅也さん
さやかさん(2歳)



要予約

子育て相談

主にお子さんの発達や癖などに関する心配ごとの相談を受けています。個室ではなく、同じフロアで子どもたちを遊ばせながらお話を聞きます。また、お子さんの成長をみながら継続して相談をお受けいたします。安心してお気軽にご相談ください。必要があれば関連施設などもご紹介します。

心理相談員
宮原



みんな大好き！ 手作りおもちゃ

こどものくにの魅力のひとつ、スタッフが心を込めて作っている「手作りおもちゃ」を紹介します。季節に合わせて入れ替えるなど種類も豊富で、夢があり、大人が見てもわくわくするおもちゃがたくさんあります。

わくわくハウス



かわいいお家に入って遊んでね！

今日はいい天気！おせんたくしましょう！せんたくバサミを使って干す練習もできます。

せんたくき



いろんな乗り物に乗ってみよう！乗り物に合わせた帽子をかぶって、今日はどこに行こうかな。

ひっぱる乗り物



つり



今日はつれるかな？

カメ



カメさんとお散歩しよう！

ガチャポン



人気のガチャポンやってみよう！

みなさんの声

手作りのおもちゃは、いろんな遊びができていいですね。このフリフリや、イチゴ狩りが好きです。



赤羽 紋さん
いちかさん（1歳7か月）

ぱつくんうさぎ



にんじん、たくさん食べさせてね。

モップ・そうじき



お掃除大好きなみんな集まれ！



たいこ



パチでたたいてね。いい音するよ。

変身セット



大好きなキャラクターに変身しよう！

ぽっとなごころ



長年人気のボールコロコロ

おいしそうなイチゴたくさんとれたかな？

のりもので、おかやのまちを探検しよう！

カラフルわなげ



何色に入れようかな？

イチゴ狩り



おかやのまち



情報交換 と交流



館内の子育て支援情報コーナー

わたしたちが、ご案内します。
気軽に参加してください。



ファシリテーター 新村 ファシリテーター 宮原

子育てをしていると、日中のほとんどを子どもと過ごし、大人と会話をする機会が少ないという悩みを持つ人も多いのではないのでしょうか。

こどものくにでは、開放的でアットホームな雰囲気のなかで、同じ境遇や同じ悩みを持つ人との交流が自然に生まれています。

さらに、専門的なアドバイザー(ファシリテーター)を介してグループで話し合う「あのね、きいて講座」というプログラムを経て交流を深め、育児談話室*を利用してサークル活動に発展させている人たちもいます。

「子育て支援情報コーナー」で発信しているさまざまな情報も活用し、自分にあった交流の場に参加してみてください。

※育児談話室

子育てでグループのサークル活動に利用できます。条件などはお問い合わせください。

NPプログラム

「あのね、きいて講座」

要申込

託児有

NPプログラムとは、カナダ発祥の親支援プログラムで、Nobody's Perfect「完璧な親なんていない」という意味です。ファシリテーターと呼ばれる仲介役を介して、参加者共通の悩みごとを、「何が起こったか、なぜそうなったのか、どうしたらよいか、それでもうまくいかないときどうするか」という体験学習サイクルに基づいて考えます。まずは自ら考え、次にそれぞれ課題解決法を出し合い、共有していきます。自分たちで決めた「話を他言しない、否定しない」などのルールの中で安心して話し合いを進めることができます。託児をして、完全に大人同士で話せるという環境のなかで、同じような悩みを持つ人の考えを聞くことで、「自分だけではない」という安心感を得ながら各々が解決方法を身につけていきます。

1回ごとに参加者の表情が明るくなり、6回の講座が終わる頃には仲良くなり、多くのみなさんが、講座が終わった後も交流を続けています。

日々の遊びのなかで交流が生まれています。

みなさんの
声

雨の日でも室内で遊べる
ところがいいですね。
滑り台がお気に入りです。

交流

この日初めて会った
二人のなつみさん
偶然の出会いに意気投合

中村夏美さん
みちるさん(1歳3か月)

広々しているので、あれは
ダメ、これはダメと言わず
にのびのび遊ばせられると
ころがいいですね。

交流

ここで出会った、同じ
双子のお母さんと交流しています

唐澤彩夏さん
くるみさん・り子さん
(7か月)

村田夏美さん
あきとさん(9か月)

わくわくタイムのダンスを楽
しみにしています。先生たち
が優しく見守ってくれると
ころがありがたいです。

問合せ

こどものくに

岡谷市中央1-11-1 イルフプラザ 4階
TEL: 24-8403

毎月25ページに
詳しい情報を
載せています！
見てね！



こどものくに スタッフ一同