

関子ども家庭支援センターだより

練馬区立関子ども家庭支援センター

〒177-0051 練馬区関町北1-21-15 ☎ 03-5927-5911

平成28年8月1日発行

Vol. 18

✿子ども家庭支援センターでは次のような事業を展開しています

相談事業

★18歳までの子どもと子育て家庭からのあらゆる相談に応じます



様々な子育てサービス

★子育てサービスの提供をします（ひろばでの一時預かり）
★子育てサービスの紹介、調整をします



地域の中での子育て支援

★地域の子育て支援を進めます（子育てに役立つ講座などの開催）
★地域の人たちと連携して子育てを支えます



ぜひ、一緒にお話しませんか？

子育て期はいろいろと悩むこと、考えることが多い時です。ひとくちに子育ての悩みと言っても本当に多岐にわたりますね。兄弟関係に関すること、子どもの発達に関すること、入園や進学についての迷い、保護者間での悩み、家族間での問題、近隣の人との関係、自分自身の悩みなど。

誰かに聞いてほしい、話し相手がほしいと思っても、案外話せる人やチャンスがなくて、一人で悩んでいることが多いのではないのでしょうか。また、『たいしたことではないから…』とか、『こんなことを人に言っても仕方がない』等の思いで、自分の胸にしまい込んでしまったり…。そして知らないうちにストレスが溜まり、子どもや家族にイライラしながら接してしまい、悪循環でますます悩みが深くなるということがありませんか。

あなたのいろいろな思いを話してみませんか。言葉にすることで、気持ちが整理され、新たな見方・考え方ができるようになることがあります。

どんなことでも、どうぞ遠慮なくお気軽に電話をかけたり、話にいらしてください。

関子ども家庭支援センターでは電話相談・来所相談をお受けしています。相談時間は月～土の9時から17時です。
*来所相談中、保育が必要な方は事前にご相談ください



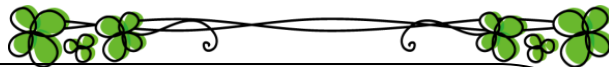
「こんなこと相談してもいいのかな～」などと悩まず、どんなことでも気軽にご相談ください。匿名の相談でも構いません。秘密は守られます。

関町 立野町 石神井

S★T★S 地域おやこまつりのお知らせ

10月2日（日）10時～12時 関保健相談所にて *未就学児の親子さん対象
人形劇、フルート演奏、工作・遊び・リサイクルコーナーなど。地域の人と触れ合えるお祭りです。

関子ども家庭支援センターは練馬区より業務委託を受け、特定非営利活動法人手をつなごが運営を行っています。
関子ども支援センターだよりは NPO法人手をつなご のホームページ<http://tewotsunago.ciao.jp/>でもご覧いただけます。



6月28日に、まめの木クリニックの藤井先生においでいただき、「子どもの困った行動にどう対応する?~ペアレントトレーニングの基本を学ぶ~」の講座を行いました。

(対象は年中~小学2年生の保護者の方)


お話の中で、藤井先生が「子育てには『工夫、根気、丁寧さ』が必要です」と言われたことが、印象的でした。子どもとの生活の中で、例をあげて考えてみましょう。


“丁寧さ”とは、子どもが困った行動をした時、「何でこの子はこの行動をするんだろう」と、考えること。それによって、どうしたら親も子もイライラしないで生活ができるかを“工夫”することができます。



例えば、「テレビを消してね」と言ったのに、子どもがテレビを見続けたとします。「もう、何でいうこと聞かないの!!」と思いがちですが、「どうして消さないんだろう、聞こえなかったかな?突然だったから嫌なのかな?」などと考えてみます。「聞こえなかったのなら、近くに行って、目を合わせて伝えてみよう。あと5分で消そうね。と予告しようかな。」と工夫ができます。


子どもの行動をよく見つめると、見えてくるのは子どもの本当の気持ちです。子どもの行動の裏にある気持ちを感じ取り、工夫をしたり、丁寧に関わることを、根気よく続けていくことが、親子関係をつくるための大切な基盤になるのだらうと思います。


✿8月~10月に予定している講座


✿ ママと赤ちゃんのほっとタイム 
 ~遊んだり、おしゃべりしたり...~
 日時: 毎月第2・4(金) 開場・受付13:10~15:00
 場所: 当センター会議室
 対象: ねんねとおすわりまでの赤ちゃんとお母さん
 各回15組程度



✿ ベビーヨガ ~赤ちゃんと一緒にリラックス~
 日時: 9月5日(月)
 13:00~14:00・14:15~15:15
 (どちらか選んでください) 
 場所: 当センター会議室
 対象: 首がすわっていて、ハイハイ前までの
 赤ちゃんとお母さん
 申込: 8月12日(金)~8月29日(月) 先着順 各8名

✿ 体ほぐしてリフレッシュ 
 日時: 10月25日(火)
 10:00~11:30・13:00~14:30
 (どちらか選んでください) 
 場所: 立野地区区民館
 対象: 0~18歳までの子どもの保護者
 申込: 10月4日(火)~10月18日(火)
 先着順 各12名

✿ ママトークタイム
 ~少しだけ子どもと離れて、話しましょう~
 日時: 毎月第2火曜日の10:00~11:30
 8月はお休み 9月: 9/13 10月: 10/11
 場所: 当センター相談室 託児は会議室 
 対象: 6か月~6歳までの子どもの母親
 各回母親は5名程度、託児は6名程度
 申込: 毎回、前月の20日~月末まで 窓口・電話
 * 申し込み者多数の場合は抽選し、5日までに
 結果をお知らせします

✿ 地域の人とほっとタイム 
 フレッシュハーブティを楽しみながら、主任児童委員
 さんたちとお話しましょう!!
 日時: 9月15日(木) 10:00~10:40・10:50~11:30
 場所: 当センター会議室
 申込: 8月23日(火)~9月8日(木) 先着順 各7名程度

✿ 子どもと良い関係をつくるための連続講座 
 ~ペアレント・トレーニングの技法を使って~
 日時: 9/29,10/13,10/27,11/10,11/24,12/8(木)
 全6回 10:00~11:30
 場所: 当センター会議室
 対象: 小学校1年、2年、年長、年中の子どもの保護者
 全回出席できる方 6名程度
 申込: 9月2日(金)~9月17日(土)まで
 窓口での申込み ※申込者多数の場合は抽選
 保育は3名まで(お子さんと一緒にの参加はできません)

*  は親子一緒に参加できます。  は託児付です。講座の電話での申し込みは5927-5911まで。月~土 9時~17時