



子育てひろば

7月 地域子育て支援センター

お子さんの健やかな成長を願い、無料で施設を開放して育児支援を行っています。



※6月1日から各子育て支援センターは再開していますが、新型コロナウイルス感染症対策として9:30～11:30での予約制となっています。詳細等は各子育て支援センターまでお問い合わせください。

すまいるひろば ☎22-8099

宝田こどもセンター 平日9:30～11:30

1日(水)～7日(火) 七夕飾りを作ろう
13日(月)～17日(金) おはなし会
※ただし、毎週木曜日は園庭開放(10:30～11:10)のため実施しません。

ふれあいひろば ☎28-1725

橋こどもセンター 平日9:30～11:30

6日(月)～10日(金) シャボン玉であそぼう
13日(月)～17日(金) みんなで作ろう
20日(月)～22日(水) みんなであそぼう!
27日(月)～31日(金) おはなしだいすき

ひだまりひろば ☎36-2241

新野こどもセンター 平日9:30～11:30

1日(水)～7日(火) 七夕飾りを作ろう
13日(月)～17日(金) わらべうたで遊ぼう
20日(月)～22日(水) シャボン玉で遊ぼう
身体計測
27日(月)～31日(金) 音で遊ぼう

にこにこひろば ☎42-0720

今津こどもセンター 平日9:30～11:30

1日(水)～3日(金) 七夕飾りを作ろう
13日(月)～17日(金) 絵本の読み聞かせ

なかよしひろば ☎21-2002

平島こどもセンター 平日9:30～11:30

6日(月)～10日(金) 動物さん虫眼鏡であそぼう
13日(月)～17日(金) くちゃくちゃあそびをしよう(紙など)
20日(月)～22日(水) ボールコロコロあそびをしよう
27日(月)～31日(金) 水あそびをしよう

みんなのひろば ☎44-5059

岩臨こどもセンター 平日9:30～11:30

1日(水)～10日(金) 七夕飾りを作ろう
13日(月)～22日(水) シャボン玉で遊ぼう
27日(月)～31日(金) 歌って遊ぼう
※毎日、11:00からはおはなしタイムです。

つどいの広場・すくすくin阿南



子育て相談や子どもと保護者間の交流の場です。ぜひお越しください。

時間 9:30～11:30

日時 8日(水) 桑野公民館
15日(水) 加茂谷公民館
22日(水) 福井公民館

※ひまわり会館すこやかルームは
3日(金)、7日(火)、10日(金)、14日(火)、17日(金)、
21日(火)、28日(火)

☎こども課 ☎22-1593

男の子のための ベビースキンケア教室



お母さんには分からない男の子のおちんちんケア。小さい頃からのケアで清潔を保ち、トラブルが起きにくくなります。

おうちですぐ始められるケアを学びましょう♪

日時 7月8日(水) 10:30～11:30

場所 ラヴォワール(向原町天羽隼115番地1)

対象 0歳からの男の子とママ

参加費 1回1,500円

※要予約

☎ベビーマッサージ&スキンケア教室
PLUS BABY
玉置 ☎090-2895-0224

阿南ファミリー・サポート・センター



●ウエルカム阿南交流会

転入者のための交流会です。お友だち作りや地域の情報交換など、保健師さんも来てくれて計測や相談に応じてくれます。妊婦さんも歓迎!

日時 7月16日(木) 10:00～11:30

場所 ひまわり会館1階 すこやかルーム

●ファミサポは在宅育児応援クーポンの利用ができます。詳しくはお問い合わせください。

●ファミサポ事務所開所時間中はおゆずりタウン(リユースコーナー)をご利用できます。

☎阿南ファミリー・サポート・センター
☎24-5550

おひさまひろば

時間 平日9:00～16:00

日程(♥=要申込)

1日(水) 七夕飾り製作

6日(月)～17日(金) フリーマーケット♥
予約制、入場制限あり(6日(月)と13日(月)は遊ぶことはできません。)

14日(火) 発育計測

15日(水) お誕生会

20日(月) 発育計測

※行事によっては有料・申込制となりますので、詳しくはお問い合わせください。

☎羽ノ浦町明見295番地1

阿南市子育て家庭支援センター

☎44-2205

家庭児童相談、児童虐待相談

主に18歳未満の児童を対象に心身の発達に関すること、家庭での教育問題、学校生活での心配事、児童虐待に関することなどの相談専用電話を開設しています。

直通電話 ☎22-0765

受付日時 月～金曜日(祝日を除く)

9:00～16:00

☎こども相談室 ☎22-1677

子育て一言メモ

— 6秒ルールのおすすめ —

とあるアンケートによると、「子育ての不安」のトップ3は、

- 1位 お金の不安
 - 2位 自分の精神的体力の不安
 - 3位 自分の身体的体力の不安
- だそうです。

特に2位、3位については「もう心も体もくたくたです。」という方も多いことでしょう。疲れが蓄積すると、ついイラッとして、それを子どもにぶつけてしまい、後悔することもあるのではないのでしょうか。

最近、子育てに限らず、人と人との関わりの中で、「アンガーマネジメント」、つまり自分の怒りを上手にコントロールすることが大切だといわれます。

アンガーマネジメントの中に、6秒ルールといわれるテクニックがあります。これは怒りの感情が出てきたら、とりあえず6秒待ってみるというもの。人間の怒りの感情の多くは、6秒の間に頂点になり、その後は弱まっていくそうです。感情が頂点の時に子どもを叱るのではなく、一呼吸おいてから子どもに接するように心がけてみてはどうでしょうか。

「6秒では怒りは収まらない。」とおっしゃるかもしれませんが、ぜひ試してみてください。

学校教育課