



スキンシップは 心のふれあい ～ インスタライブ はじめました! ~



<キラキラひろば内でもボードで案内しています>

4月から子ども家庭支援センター キラキラひろば保育士によるInstagramのライブ配信が始まりました。わらべうたなどの親子で出来るふれあい遊びをご紹介します。ぜひ一緒に親子で楽しんでみてください。この時期にはスキンシップを通して親子の愛着を深めましょう。

毎月第1・3火曜日
(プレミアム宝塚休館日)
10:30からライブ配信



TAKARAZUKA.KOSODATE



子ども家庭支援センターは、地域子育て支援拠点事業を行っています。



- *キラキラひろば*
- *親子育てグループへの支援*
- *産後ヘルパー派遣事業*
- *年齢別子育て講座の開催*
- *子育て情報の提供*
- *就学前子育て相談*
- (平日 9:00-17:30)
- ★専用電話 0797-85-3865

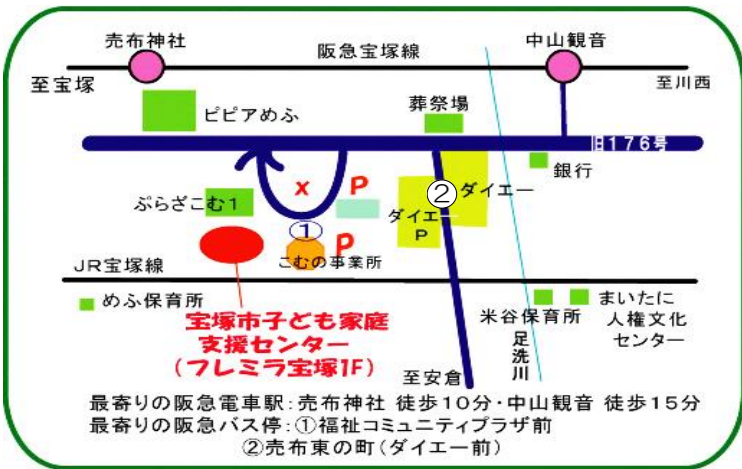
キラキラひろば

プレイルームは、市内在住の0歳～概ね3歳の未就園児と保護者が自由に遊べるスペースです。(妊婦さんも可)授乳室もあります。また、プレイコーナーで3歳から未就学児と保護者が遊べます。
平日10時～正午と13時～17時
(土日祝日、第1・3火曜日、年末年始以外)

(ひろば相談)

	相談者	予定	時間
育児相談	ひろば保育士	随時	10:00～正午 13:00～17:00
	子そだてサポート ひかり 相談員	7/24、8/21 9/25 (月)	14:00～15:00
妊娠・授乳・ 卒乳・離乳食 (栄養)相談	助産師と管理栄養士	7/5、8/2 9/6 (水)	10:30～11:30
		7/12、8/9 9/13 (水)	14:00～15:00
発達相談	子ども発達 支援センター	理学療法士 9/7 (木)	14:30～15:30
		言語聴覚士 7/7 (金)	10:30～12:00
看護師 ミニ講座	阪神北広域 こども急病センター 看護師	9/20 (水)	14:00～15:00

※都合により、日時を変更することがあります。




宝塚子育て・子育てガイド
「たからばこ」
2023・2024年版



宝塚市 HP の ID
1000570

「キラキラ子育て
LINE」
妊娠から3歳までの
お子さんの成長に関
する情報をお届けし
ます



元気に夏を過ごそう!!

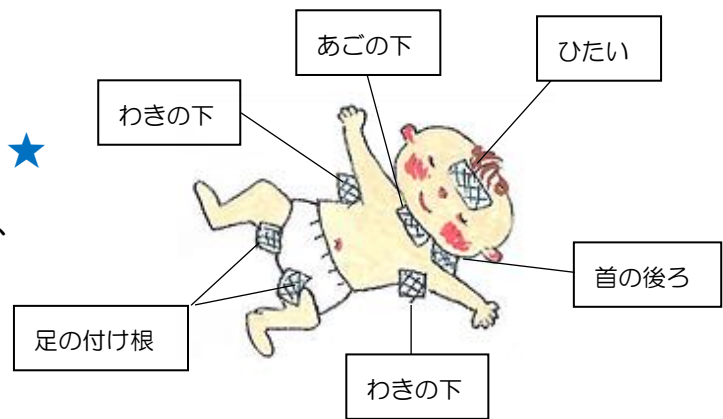


★ お出かけの時のポイント ★

- ※日差しが一番きついのは、10時～14時です。出来るだけその時間は避ける方が良いでしょう。
- ※ベビーカーの日よけを使う、抱っこなら日傘をさしたりフードカバーを使うなど日よけ道具の活用や車の窓に紫外線カットのシートを貼るのもお勧めです。
- ※長袖の上着や帽子で直射日光を避ける工夫をしましょう。
- ※こまめな水分補給を心がけましょう。
- ※日焼け止めクリームは使用可能な対象年齢を確認し、肌にやさしい物が良いですね。

★ 熱がこもった時は・・・★

氷のうやタオルで巻いた保冷剤などで、大きな血管がある場所を冷やします。
(右図参照)



グリーンカーテンでSDGs～夏の節電対策～

フウセンカズラの種をまきました!

今年もきらきらひろばのテラス前にグリーンカーテン用のネットを張り、フウセンカズラの種をまきました。フウセンカズラは名前の通り、風船のような袋状の実をつけるツル植物です。

7～9月に咲く小さな白い花も可愛らしいです。

ひろばに遊びに来た時には、フウセンカズラの生長もチェックしてみてくださいね。

また、グリーンカーテンは夏の強い日差しを和らげ、部屋の温度上昇を抑える効果があります。

きらきらひろばでは、利用者の方にご自宅でもグリーンカーテンに取り組んでいただけるようフウセンカズラの種をお渡ししています。

おうちで育ててみてはいかがでしょうか。

(種に限りがありますので、なくなり次第終了となります。)

<種のまき方>

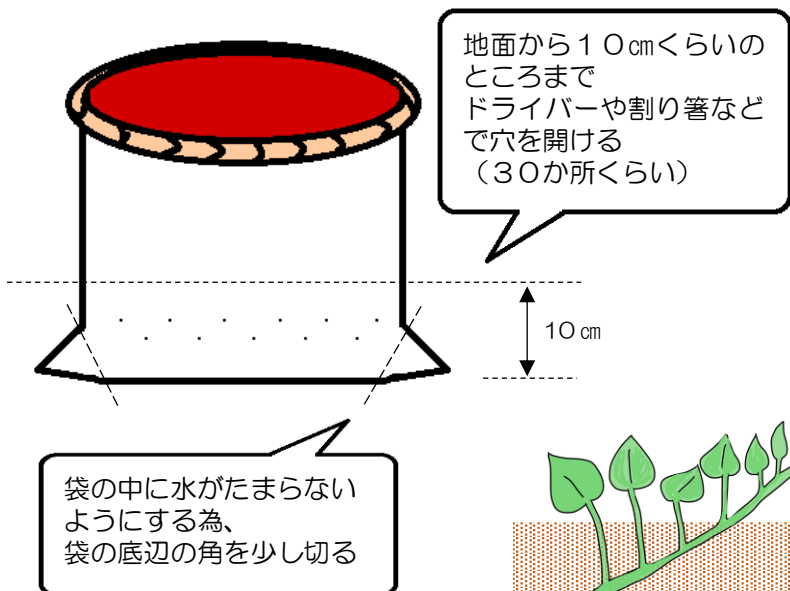
- ※4～6月にプランターなどに間隔をあけて植えます。
- ※植える前に1晩水につけると芽が出やすくなります。
- ※芽が伸びたら支柱やネットを側につけてください。



培養土袋でサツマイモを育ててみよう！



土袋での栽培なら畑やプランターより手軽にご家庭でもさつまいも作りを楽しめます。



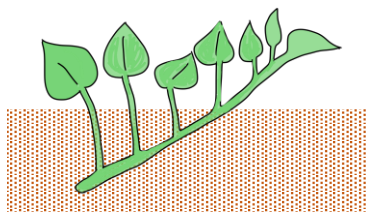
<植え付け> 5月～7月上旬

<収穫> 10月～11月中旬

- 培養土 25L 以上のもの
- 1つの袋に1～2株を植えると良い

<苗の植え方>

畑やプランターではさつまいもの苗を水平に伸ばすように植えますが、袋栽培の場合、斜め植えや垂直植えが適しています。



絵本大好き



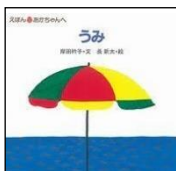
夏といえば海。いますぐ海に行ってみたい！そんな気持ちになりそうな絵本をご紹介します。

0～2歳向け

『うみ』

岸田 衿子／文 長 新太／絵
ひかりのくに

「うみってどんなところかな」こぶたさんたちは海にやってきました。そこで小さな事件？が起こります。次はどうなるのかな？その次は？子どもたちは興味津々です。絵と言葉の対応がおもしろくて、いろいろな読み方をためしてみたいくなります。こぶたさんの表情がとても印象的です。はじめて海に行く前にどうぞ。



2～3歳向け

『あついあつい』

垂石 眞子／さく
福音館書店

「あつい あつい どこかに すずしいところは ないかな」ととても暑そうな砂漠のような場所を、動物たちが汗をかきながら歩きます。もう、ハトハトになっているところに、「ザザザ… ピシャピシャ…」なにかの音が聞こえてきました。そしてページをめくると…。ざぶーん！と飛び込むところがとても気持ちよさそうです。





地域に発信する子育て講座のご案内



『地域に発信する
子ども家庭支援センター
のプログラム』

★の講座には、
一時保育があります

妊婦さんから概ね15歳までの子どもを育てている方を対象に、子どもの発達（育ち）に添った関わり方を、講義や意見交換を通して学び、日々の子育てに活かせる講座を各地域で開催しています。夏から秋に予定している講座は、下記のとおりです。（いずれも参加費無料）

講座名	内 容	対象者	日程・会場 (広報掲載月)	主催・連絡先 電話・(FAX)
ちょっとスペシャルな 妊婦さん講座	助産師が、夏から秋の出産準備(衣類選びなど)や過ごし方についてアドバイスします。	妊婦	7/26 プレミア宝塚 (6月号)	子ども家庭支援センター 85-3862(85-3886)
	管理栄養士が、妊娠期から離乳食を見越した「食事・栄養」についてアドバイスします。		9/27 プレミア宝塚 (8月号)	
“産前・産後” なるほど・ザ・カレッジ	臨床心理士によるお話。 ①温かい親子関係をつくるコツ ②赤ちゃんの気持ち/ママの気持ち ③産後のパパの役割、ママの役割 (2回連続講座)	妊婦 (パートナーとの 参加も歓迎)、 生後1~4か月 児の保護者	9/23・30 プレミア宝塚 (8月号)	子ども家庭支援センター 85-3862(85-3886)
新米ママ・パパの ふれあいタイム	初めての子育てで困っていることはありませんか？ 保健師・助産師・栄養士など専門家がアドバイスします。 赤ちゃん体操も取り入れた和気あいあいとした講座です。 「そろそろお友だちが欲しいな」という方にもおすすめです。 (3回連続講座)	第1子で 生後3~ 10か月児と 保護者 (初参加の人)	9/6・13・20 わかさ保育所 (8月号)	地域子育て 支援センターすこやか 73-1133(77-3096)
			9/13・20・27 米谷保育所 (8月号)	地域子育て 支援センターすくすく 84-0063(81-2717)
もぐもぐかみかみ タイム	離乳食完了期からの食事で困っていることはありませんか？ 栄養士による離乳食完了期から幼児食初期に向けてのアドバイスや相談。保育士による親子遊び、参加者同士のフリートークタイムでお友達を作りましょう。	第1子で 生後11か月~ 1歳6か月児と 保護者	7/24・31 プレミア宝塚 (6月号)	子ども家庭支援センター 85-3862(85-3886)
★1歳児きらきら 子育て講座	大学と共催の講座です。講話と参加者同士の意見交換を通して、心・ことばなどの発達について学び、1歳の子どもの理解を深めましょう。 (3回連続講座)	第1子で 1歳児の保護者 (初参加の人)	8/30、9/4・13 プレミア宝塚 (7月号)	子ども家庭支援センター 85-3862(85-3886)
★2歳児きらきら 親子ふれあい講座	大学と共同開発した「親育ち支援プログラム」を基にした講座です。親子遊び・グループワークなどを通して子育てのヒントを見つけましょう。 (4回連続講座) (きょうだいの保育については要相談)	2歳児と 保護者 (初参加の人)	9/29、10/6・13・20 ふらっと (Waiwaiコミュニティ あいむ内) (9月号)	中筋児童館 80-4156(80-4175)
★学齢期子育て パワーアップ 講座・ミニ	児童館職員によるワークショップ等を通し、参加者同士のグループで、思春期前の子どもへのよりよい関わり方を考えましょう。 (2回連続講座)	4歳~小学生 の 保護者	9/29、10/6 野上児童館 (9月号)	野上児童館 76-4501(76-4443)
★思春期講座	大学と共催の講座です。講話と参加者同士の意見交換を通して、思春期の子どもが何を考えているのかを学びましょう。 (質問の時間もあります) (2回連続講座)	10~15歳児の 保護者	8/21・28 プレミア宝塚 (7月号)	子ども家庭支援センター 85-3862(85-3886)

(市外局番は、0797です)

♥ 手話通訳・要約筆記を希望される方は、開催日の2週間前までに
各主催者へ来館または(FAX)でご連絡下さい ♥

申し込み日時は、
広報掲載月で
ご確認ください。