



# 「ほっとルーム」だより

第191号 令和6年7月1日発行  
いちき串木野市家庭教育支援連絡協議会  
( 子どもみらい課内 TEL 33-5618 )

## 気持ちがあたたまって、自信にもつながっていく 「いいことノート」を作ってみませんか？

さわやか子育て支援センターの活動に参加された方から、「いいことノート」の話をお聞きました。より良い親子関係のヒントになりそうな、素敵な取り組みでしたのでお伝えします。

「いいことノート」は、例えば、お子さんのいいところなど、お子さんと過ごして楽しかったことだけを書く日記です。このノートを書くことで、その子のいいところに自然と目が向くようになります。「ほめて育てる」ことが苦しくなったり、親子げんかをしたりすることもあるかもしれません。子育てはなかなか思うようにいかないことの連続です。そんなときにこのノートを読み返すと、気持ちがあたたまって、前向きに考え直すきっかけになることも。また、子ども本人もこのノートを読むことで、自分のいいところを再認識でき、自信につなげていくことができるでしょう。

「絵本 & サクセスノートの表紙を作ろう」に参加しました。1日の子育てを振り返る、良い機会だなあと  
思う反面、三日坊主になるかもしれないなあという心配もあります。  
三日坊主を何回も繰り返して、継続していくのも良いなと思います。



自分のいいところがたくさん書かれたノートは、素直にうれしいものです。ノートの数が増えていくのも楽しみになります。自信につながり、心の支えにもなるでしょう。

「無事に帰ってきた」など、どんな些細なことでも、1行だけでもかまいません。読んであげた本のタイトルやその反応を書いてもいいですね。写真を貼り付けたり、イラストを描き添えたりすると、より楽しいノートに仕上がります。

4/15

今日は嬉しいことがあったね！  
話してくれてありがとう！  
聞いていて嬉しかったよ。

4/18

絵がとても上手になったね。  
どんどん描いて、お母さんに  
たくさん見せてね！

4/16

今朝は起きてきて休みたいと  
言っていたけど、頑張っていくこ  
とができたね。

4/19

お手伝いをしてくれて、  
ありがとう。とてもうれしかっ  
たよ。

4/17

お友だちに「ごめんなさい」が  
言えたね。お母さん、ほころしか  
ったよ。

4/20

今日も一日楽しかったね。  
寝顔がかわいい！  
手も足も大きくなったなあ。

～ほっとルーム～  
(子どもみらい課内)

子育ての中で、気になること等ありましたら、一人で悩まず、いつでも気軽にご相談ください。一緒に語りましょう。

TEL : 33-5654

FAX : 32-3124



市来幼稚園で  
出前サロン  
「おあしす」を  
開設しました

6月24日（月）市来幼稚園で、ほっとルームの出前サロン「おあしす」を開設しました。

子どもさんのお迎えの時間に合わせて、2名の方が来室されました。子どもは十人十色といいますが、それぞれの子どもさんの性質に合わせて、一生懸命子育てを頑張っていって下さるお話を聞かせていただきました。子どもさんが園で頑張っている分、お家ではお母さんの愛情に包まれて、のびのびとくつろいでいらっしゃる様子が感じられました。

## お知らせ

## 出前サロン「おあしす」を開設します

7月4日（木）、友愛幼稚園と照島小学校で、出前サロン「おあしす」を開設します。

幼稚園のお迎えの時間や学校行事の合間などに、飲み物を飲みながら、日ごろの頑張りや想いを語り合う場として、皆さんにご利用いただければ幸いです。お一人でも、お友だち同士でも、ぜひご来室ください。支援員一同、心よりお待ちしております。

友愛幼稚園

13:30～14:30

照島小学校

14:40～16:30



子どもの育ちに信頼を寄せる親であるのか、  
何から何まで自分が育てなければ育たないと思って、

信頼ではなく不信の心で子どもを見つめ、  
それで子どもを育てているつもりになるのか。

その違いがおおきいのです。

心穏やかにわが子を見守り、  
わが子の育つ力を信頼することができれば、  
子どもの中からやる気が衰えることはなく、  
子どもは自分なりに育つものだと思います。

子どもの気持ちを理解しよう  
と思いながらする努力こそ、

子どもが悩みや苦しみを乗り越えて  
元気に育っていくのに欠かせない、  
親の努力なのです。



広木 克行 著

「親と子の絆を深め合う道程」より

## 県の相談機関

かごしま教育ホットライン24

☎0120-783-574

24時間子どもSOSダイヤル

☎099-294-2200※携帯電話からはこちら

PTAすくすくライン(家庭教育やしつけについて)

☎0120-0-78310

☎099-251-0309