

# 「ほっとルーム」だより



第141号 令和2年5月7日発行  
いちき串木野市家庭教育支援連絡協議会  
(教育委員会 社会教育課内 TEL 21-5130)

## 子どもさんの様子はいかがですか？

新しい年度が始まりました。今年は、新型コロナウイルス感染症が流行し、心配な年ですが、終息することを願うばかりです。

さて、子どもさんの進級・入学の日から、約1ヶ月たちました。子どもさんの様子はいかがですか？子どもたちは、新しい担任の先生、新しい友だち、新しい勉強と環境が変わり、大人が考える以上に疲れると思います。特に、小学校1年生は、結婚して実生活で一家を構える時と同じように、人生の大きな転換期に例える人もいるほどです。つまり、今までと大きく違う体験をするのです。

学校で疲れている子どもたちは、家でいろいろ催促されたら、ますます疲れてしまい、ささいな事で兄弟げんかをしたり、すぐ泣き出したり、弱いものいじめをするなど、気になる行動が見られがちです。学校から帰ったら、子どもさんの話をしっかり聴いてあげたり、頑張りを受け止める言葉かけをしたりしましょう。



## 家庭教育支援員です。

### 黒江 康子

家庭教育や子育てについての、保護者の皆様の頑張りや悩みをお聴かせください。一緒に語りましょう。

### 上原 郁代

少しでも親御さんの手助けができればと思っています。よろしくお願いします。

### 若松 友子

子育てに悩みはつきものです。小さい事でもお聴かせください。よろしくお願いします。

### 尾場瀬 ちなみ

毎日の子育てお疲れ様です。子どもたちの健やかな成長を心から願って応援しています。

### 中尾 真由美

4月より若松さんとチームの一員として活動させていただくことになりました。保護者の方々の子育ての喜びや悩み等に寄り添いながら、携わっていただけたいと思います。よろしくお願いします。

子育ての中で、気になること等があったら、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。

ほっとルーム： 教育委員会 社会教育課内  
TEL 21-5130 : FAX 36-5044

※ ご希望があれば、長子に限らず、どの学年でも訪問いたします。

### 相談機関

かごしま教育ホットライン24

TEL : 0120-783-574 (携帯電話はつながりません)  
TEL : 099-294-2200



**母親学級に参加してみませんか？**  
 ～ **子育て情報** 市来地区「すくすくクラブ」～

市来地区の乳幼児学級「すくすくクラブ」は、毎週火曜日を中心に午前10時から、市来保健センターで、子育て中のお母さん方が集い、福祉課の大菌さんの助言もいただきながら、楽しく活動しています。



4月14日（火）は、「自由遊び」で、子ども達を見守りながら、楽しく語らうお母さん方の明るい笑顔がありました。今年市の子育て支援センターが7月開設予定とのことで、6月までの計画です。

子育て中の方や子育て情報の場を探していらっしゃる方は、参加してみませんか。<世話役(山添 有希さん) 連絡先：080-1161-3364 >

**参加者の声** ☆ 同じ年頃の子どもをもつ母親同士の、情報交換の場になっています。子どもたちも、家にいるとなかなか出来ない子ども同士の遊びができ、成長を感じます。幼稚園にあがっても、子どもも母親も知り合いが多いので安心します。

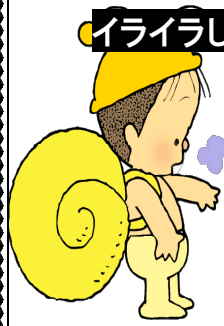
月	日	活動内容
4	14	自由遊び
	21	母の日お絵かき
	22	自由遊び
	27	いちご狩り
	28	母の日お絵かき こいのぼり制作

月	日	活動内容
5	12	自由遊び
	19	自由遊び
	26	自由遊び

月	日	活動内容
6	2	父の日お絵かき
	9	父の日お絵かき
	16	自由遊び
	23	七夕制作
	30	七夕制作

**子育てアドバイス**

**新型コロナウイルス感染症など、気になる事の多い今、  
「イライラ」して、つい子どもに当たってしまうことはありませんか？**



**イライラしたら**

- 深呼吸をしたり、窓を開けたり、数を数えたりして気分をかえましょう。  
(6秒待つとアドレナリンが収まるといいますよ。)
- 育児の負担を1人で抱え込んでいるなら、家族で分担したり、様々な支援サービスの利用も検討してみましょう。
- 気軽に相談できる友をもったり、信頼できる知り合いに話すのも良いですね。

**心が落ち着いたら、**  
 子どもの話をいっぱい聴いてあげましょう。  
**心が落ち着いて子どもをみると、**  
 言葉に出さない、サインに気づくかもしれません。

