



# ここ♥すま☺通信 5月号



利用案内や毎月の通信をお知らせしています

観音寺市 SNS



観音寺市 HP は、こちらから

この時間内であれば、  
いつでも参加できます。

## ここすまひろば みらい 9時30分～11時30分

ここすまいる大野原 5月13日(月) 赤ちゃんから未就園のお子さん、  
 ここすまいる観音寺 5月23日(木) だれでも親子で参加できます。  
 ここすまいる豊浜 5月27日(月) 思い思いのおもちゃで遊んだり、  
 \* 申込み：前日まで ☆人数調整あり 支援員と一緒に遊んだりしましょう。

さわやかな過ごしやすい季節を迎えました。そよ風や新緑、色とりどりの花が咲く心地よい自然を感じながら、親子で散歩したり公園に出かけたりするのにピッタリですね。  
**ここ♥すまいる☺** は、♥親子でゆったり遊びたいな ♥ホッとしたいなあ ♥話を聞いてほしい ♥ちょっと相談したいなというときに気軽に連絡してください。  
 お待ちしております。

### 利用について



対象者：子どもと保護者、子育てにかかわる人

\*保護者の方だけでも利用できます。

日時：月曜日～金曜日

9時00分～11時30分

14時00分～16時30分

\*今年度は利用時間が少し広がりました。

☺ 利用する **ここ♥すまいる☺** に電話等で申込みをしてください。

☺ 電話での問い合わせや相談は、9時～17時いつでも受け付けています。

### 親子遊び・交流会「親子 de ここすまいる」

講師に香川県ふじみ園相談支援センターの臨床心理士、作業療法士の方を迎え、親子遊びをしたり気軽に子育ての不安や悩みを相談したりできます。親子で触れ合いながら楽しいひと時を過ごしてみませんか。

日時：5月20日(月) 15:30～16:30

場所：大野原こども園 すくすく棟遊戯室

対象：市内在住の4・5歳児

♥実施日の1週間前までに電話でお申込みください。申込み多数の場合は調整させていただきます。

詳細は、チラシまたはホームページをご覧ください。

### ★きらり 子育て★

緊張した4月が過ぎ5月 GW 明けになると「ちょっとしんどいなあ」「イライラするなあ」と感じることはないでしょうか。5月は大人も子どもも疲れが出始める時期です。特に子どもは、ことばで表現することがうまくできないため、体調を崩したり、甘えやかんしゃくがひどくなったりします。こうした行動にどのように対応したら良いでしょうか。こんな時は怒ったり突き放したりすると逆効果。更に甘えやかんしゃくがひどくなります。子どもは安心感を求めているので、しっかり抱きしめながら「今日は頑張ったね」「お友達に優しくしていたね」と、子どもの頑張りをことばで返してあげましょう。一緒にお風呂に入ったり、絵本の読み聞かせをしたりするのも効果的。大人でも、疲れたときに話を聞いてもらったり優しくしてもらったりするとホッとしますよね。不安いっぱい大人にしがみついていた子も、しっかり受けとめてもらって安心したら、再び親から離れて遊びに向かうことができます。そのためにも、大人も自分が元気になれることをどんどんやってみましょう。

専門相談員 臨床心理士・公認心理師 入江 輝

### スタッフ紹介

よろしくおねがいします

**ここ♥すまいる☺**で、それぞれ2人の子育て支援員が皆さんのお越しをお待ちしております。心強い専門相談員のサポートもあります。

#### 観音寺

よこうち ともこ  
 横内 智子  
 ふじおか ちかこ  
 藤岡千架子

#### 大野原

かがわ もとこ  
 香川 基子  
 もりした かつこ  
 森下 桂子

#### 豊浜

とみおか みちよ  
 富岡 倫代  
 ただ あい  
 多田 愛

#### ☆ 専門相談員

臨床心理士・公認心理師  
 いりえ ひかる  
 入江 輝

### 就学前児童親子相談

臨床心理士・公認心理師

入江 輝 先生

\*要予約 申込みは 各 **ここ♥すまいる☺**

ここすまいる豊浜 5月 8日(水)10時～12時

ここすまいる観音寺 5月27日(月)10時～12時

\* お子さんと一緒に保護者の方だけでも利用可