

地域で支える心豊かな親子をめざして すまいる

今年度は春号に続き冬号を出すことができました。

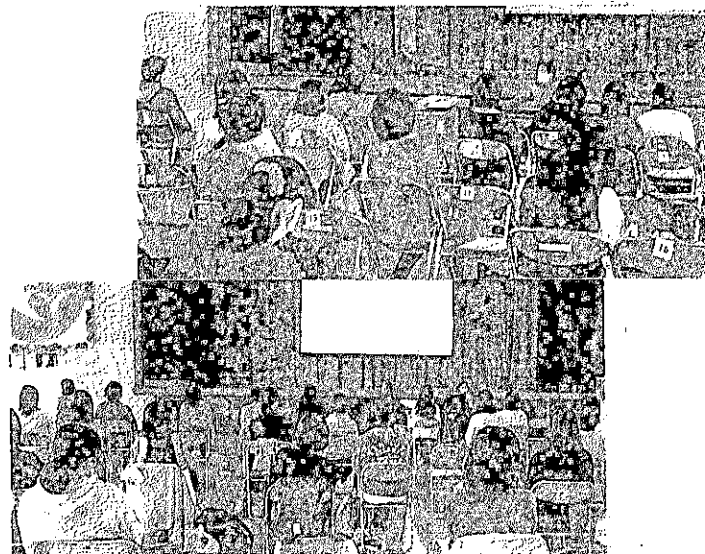
新型コロナウイルス・インフルエンザ、まだまだ油断できませんが感染拡大に注意しながら活動中です。

7月23日(土)夏休み親子工作教室開催
真砂東小、西小の1・2年生親子(申込制)の皆さんと一緒に、磯辺にお住いの能塚さんに広告で作るナベしき(大きさをコースターにもなります)を教えていただきました。当日は、ご家族やお父さんと一緒に参加してくれた親子も。広告を折り、組み合わせることが少し難しかったのですが全員完成(写真)。
2時間近く、楽しそうに親子で取り組んでいる様子は開催しがいがあります。



社協・4階大会議室にて参加者集合写真

小学校就学時検診・子育て講演会
真砂西小(11/8)、東小(11/9)の就学時検診の合間に臨床心理士 山本正子先生の子育て講演会を行いました。『イライラがラクラクに変わるパピー子育てのヒント』怒ることを抑えるのは忍耐ではなく、感情コントロール コツは
*タイムアウト 少しだけその場を離れてクールダウン
*とらえ方をひと工夫 牛乳をこぼした⇒*自分で入れようとした、*掃除しなきゃ・着替えしなきゃ・よそ見してたでしょ
*呼吸法でリラックス 『マインドフルネス呼吸法』など
*ストレス・コーピング 好きなことや、リラックスできることを20~50個リストアップ等々、お話しがありました。終了後のアンケートの中には、早速やってみます。少し楽になりました。など前向きな感想をたくさんいただきました。



小学校入学検診時・保護者講演会、体育館にて

*****今後の活動予定*****

- ・1月27日(金)真砂中学校入学説明会(前半に)子育て講演会
- ・2月16日(金)すまいるの広場(子育て相談) 高浜公民館
- ・3月25日(土)親子ドミ/遊び 保健福祉センター4F 社協大会議室
- ・チーム会議 敬回

「すまいる」の連絡先は、
<E-mail> masago.sumailu@gmail.com (代表:松波 真由美)

