

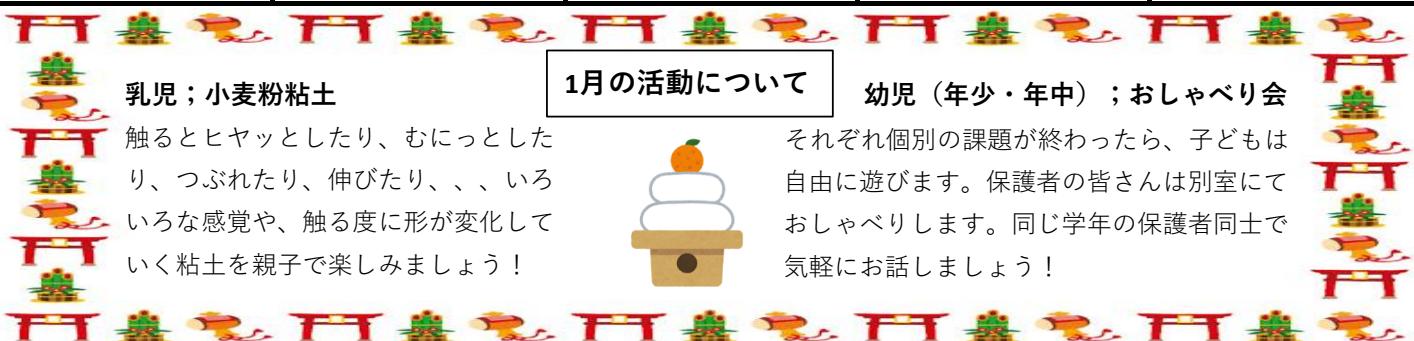
# 1月 おたより

年末年始の休所について  
12月27日(土)～1月4日(日)は  
休所になります。



令和8年1月号  
静岡市清水うみのこセンター  
TEL : 054-335-1148  
FAX : 054-335-1292  
Mail : shimizu-uminoko@po4.across.or.jp

| 1(木)                 | 2(金)                                |                     |                     |                                   |
|----------------------|-------------------------------------|---------------------|---------------------|-----------------------------------|
|                      |                                     |                     |                     |                                   |
| 元旦                   | 年始休所                                |                     |                     |                                   |
|                      |                                     |                     |                     |                                   |
| 5(月)                 | 6(火)                                | 7(水)                | 8(木)                | 9(金)                              |
| りす 9:30<br>(おしゃべり会)  | 何でも相談                               | 法人行事                | イルカ 9:30<br>(親子遊び)  | ラッコ 9:30<br>(親子遊び)                |
| 療育相談 13:30           | A 14:00<br>(おしゃべり会)                 | 何でも相談               | 何でも相談               | D 14:00<br>(おしゃべり会)               |
| 12(月)                | 13(火)                               | 14(水)               | 15(木)               | 16(金)                             |
| 成人の日                 | みんなでほっとする会<br>10:00<br>(友達との関係について) | カモメ 9:30<br>(親子遊び)  | クジラ 9:30<br>(親子遊び)  | きりん 9:30<br>(おしゃべり会)              |
|                      | F 14:00                             | B 14:00<br>(おしゃべり会) | H 14:00             | ペアレントトレーニング<br>13:30<br>(魔法の言葉かけ) |
| 19(月)                | 20(火)                               | 21(水)               | 22(木)               | 23(金)                             |
| 職員会議                 | 何でも相談                               | ラッコ 9:30<br>(小麦粉粘土) | イルカ 9:30<br>(小麦粉粘土) | 療育相談 9:30                         |
| 特別指導                 | G 14:00                             | C 14:00<br>(おしゃべり会) | I 14:00             | E 14:00<br>(おしゃべり会)               |
| 26(月)                | 27(火)                               | 28(水)               | 29(木)               | 30(金)                             |
| うさぎ 9:30<br>(おしゃべり会) | 何でも相談                               | カモメ 9:30<br>(小麦粉粘土) | クジラ 9:30<br>(小麦粉粘土) | しか 9:30<br>(おしゃべり会)               |
| 年中 親子遊び<br>14:00     | 何でも相談                               | 年少 親子遊び<br>14:00    | 何でも相談               | J 14:00                           |





「日曜版保護者勉強会」「親の会親睦会」について **※詳細は別紙各お知らせをご確認ください。**

### 1/18（日）10：00～日曜版保護者勉強会

臨床発達心理士の稻吉静先生をお招きします。「子どものやる気スイッチはどこだ!?」をテーマにお話ししていただきます。お子さんとの関りに日々奮闘されている保護者の皆さんにエールを送りつつ、子育てのヒントになるといいなと思います。申し込み締め切りは12月26日（金）です。電話・FAX・メールでも受け付け可能です。

### 1/18（日）13：30～ 親の会親睦会

親の会役員の皆さんのが親子で楽しめる会を企画して下さいました！親子で楽しく遊びましょう！

12：00～受付 12：30～昼食 参加家族に麦茶2本、おにぎり2個（ツナ・鮭）配布します。

軽食代は親の会費から支出させていただきます。申し込み締め切りは12月26日（金）です。



### ～うみのこ施設長の迷走子育て日記～

うみのこセンターで色々なお子さんと出会い、色々なお母さん方と出会う中で、自分の子育てを思い出したり、こんなこともあったなあと懐かしく思うことがあります。そんなコマをご紹介していけたらと思います。

#### その8：おばあちゃん大好き

仕事をしながらの3人の子育ては毎日が戦争でした。幸い親との同居だったので助けてもらうことも多々ありました。家事の分担、子どもが熱を出した時、保育園のお迎えに間に合わない時など頼れる人がいてくれたことは本当に助かりました。そのおかげでここまで仕事を続けてこられたのだと思います。ただ、ありがたい半面どうしても自分の思いとのズレを感じることはありました。本当はこうしてほしい、これはしないでほしいと思うこともありましたが、お願いしている立場だしわがままは言えない、自分が我慢すればそれで済む、波風は立てたくない等、色々な感情がありました。

例えば、おやつはある程度時間や量を決めて食べさせたかった自分と、子どもが欲しがればいくらでもあげたくなるおばあちゃん。子どもは当然お菓子をたくさんくれるおばあちゃんが大好きです。ご飯を食べ終わると、暗黙の了解のようにおばあちゃんが部屋に戻るのと一緒に子どもたちもおばあちゃんの部屋へ。こっそり「お母さんには内緒だよ」と言っていたのでしょうか。子ども達も律儀に秘密を守っていました。すごく些細なことですが、一人でイライラしていました。そのイライラを解消するために自分もお菓子をドカ食いしていたのですけどね。

お菓子ばかり食べてご飯を食べなくなると困る、虫歯になると困る、肥満になると困る、と子どものことを心配していたつもりですが、本当の心配は子ども達に「厳しいお母さんは嫌い」と思われるのが不安だったのかもしれません。

うみのこセンターのおたよりは、ホームページから閲覧することができます。予定の確認等にご活用下さい。各行事のお知らせや、活動報告等も随時掲載していきます。

しみず社会福祉事業団のトップページより、新着情報にて最新のおたよりをご確認できます。

