子育てを楽しむための、さまざまな育児情報をタイムリーに発信。

みえこども新聞

TAKE FREE

2020
9
vol.105

LINE
みえこども新聞編集部より
お得な情報をお届け!
いますぐお友達登録♪

パパ・ママ、お父さん・お母さん　楽しんで子育てしてますか?
子育てファミリーの毎日を充実させる情報誌です!

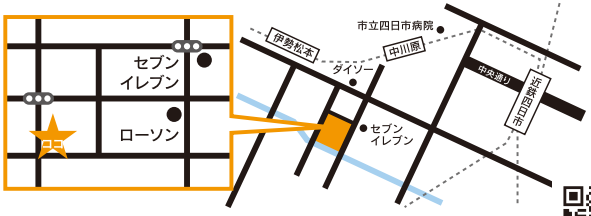
毎月19日（育児の日）発行　Published by DELTA STUDIO

職人集団 × デザイン住宅 × 高性能住宅

「心」動くデザインを最高の技術で。

ACCESS
四日市展示場

〒510-0834
三重県四日市市ときわ4丁目10-16
OPEN 9:00～18:00



来場予約は ホームページ または お電話でご予約ください。

オオトリ
有限会社 鳳建築

0120-383-008

ootori 検索

www.ootori8.com

MAIL / info@ootori8.com OFFICE / 愛知県名古屋市中川区上高畑1丁目29番地1 お電話受付時間 / 9:00-18:00 ※水曜定休日

みえこども新聞 2020.09 [Vol.105]

CONTENTS

Published by DELTA STUDIO

※本誌掲載の記事、写真、イラストなどの無断転載および複写を禁じます。

01 おでかけガイド

04 児童館を知っていますか?／四日市市こども子育て交流プラザ

05 お弁当ぎゃらりー sugary☆kitchen ／旬のお魚離乳食レシピ

06 カッパ先生と作ろう! おやこde工作／今月のおすすめBOOK

08 デルタスタジオ カルチャー教室のご案内

09 Wara baby cafe 通信

10 子育てマイスターのよかパパ生活記／四日市友の会だより

11 ココロンはかせの子育てゼミナール

12 おしえて！いっきゅうくん。

13 のびのび育て！みえの子どもたち ～三重県子ども・福祉部からのお知らせです～

◆「みえ こども新聞」って…？

家事、仕事、地域活動などさまざまな役割が忙しい中で、楽しみながら豊かな子育てができてますか？　頑張り過ぎず、無理をせず、少しのゆとりを見つけ、息抜きができれば、心に余裕を持つことができます。そのためのさまざまな育児情報をタイムリーに発信する、子育てファミリーの毎日を充実させる情報誌です。

今月の表紙

今月のテーマは「サルたちとハイキング」です。山を歩いていると、野生動物に出会うことがあります。大抵すぐ逃げてしまいますが、一緒にハイキングできたら楽しいでしょうね。

Illustration by はしっこ

令和2年度四日市市市民協働の担い手育成・連携強化等に関する協働事業

四日市市こども地域づくりマイスター養成講座　地域について考えよう!

「近所の困った場所」大調査!

投稿募集

ホームページから投稿

投稿フォームにアクセスして、必要な情報を入力

みんなからの投稿、待っています!

投稿締切 2020年12月31日㈭まで

みんなが住みやすい四日市にするために、みんなのおうちの近所にある危ない場所、ゴミが散らばっている場所など、困っている場所について教えてください!
教えてくれた場所で、事務局の大人の人と一緒にその場所を調査することもできるよ。
どうすれば安全な場所になるか、みんなで考えてみませんか?

問い合わせ先 トゥモローズ

一般社団法人　子育て支援ネットワーク・トゥモローズ

四日市市安島1-3-31ララスクエア四日市4階　TEL.059-355-1320
(隣デルタスタジオにつながります)

メールアドレス info@tmrs4.com

①開催日時 ②内容 ③開催場所④問合せ(非表記は開催場所) ⑤備考

■四日市・菰野エリア

【イベント】

◆グラスアートとシルエットアート

(切り絵+彩色)展

①～9月30日(水) 9：00～17：00(最終日のみ12：00まで)
②グラスアート作品はPPシートを使ったランプを、シルエットアート作品はアマビエを展示しています。
③四日市市・楠歴史民俗資料館展示棟
④☎059・398・3636
⑤参加無料。申込不要。

◆お月見どろぼう in 四日市&絵本の読み聞かせ

①9月22日(火・祝) 14：00～16：00
②すわ公園交流館を拠点にチェックポイントを回ってプレゼントをゲットしよう。15：00からはお月見にちなんだ絵本の読み聞かせもあります。
③四日市市・すわ公園交流館、周辺商店街
④☎059・350・8411
⑤参加無料。定員／100名(当日先着順)。マスク着用必須。

◆市制施行123周年記念事業 三重とこわか国体・とこわか大会1年前イベント

①9月25日(金) 13：30～15：55
②FM三重「CHO－CE」の公開生放送を行います。
③四日市市総合体育館・多目的室
④☎059・356・9368(中日アド企画)
☎059・225・5533(FM三重)

◆スイーツデコ on レターラック

①9月26日(土)・30日(水) 13：00～17：00
③四日市立北部児童館
④☎059・364・5444
⑤対象／どなたでも。開催日のうち、ひとり1回のみ参加可能。作品は乾くまで預かり、後日お渡し。混雑状況により、他の時間に参加をお願いすることがあります。

◆《小学生対象》バスボム(入浴剤)をつくろう!

①9月26日(土) 9：30～10：30／11：00～12：00
②クエン酸と重曹を混ぜて、バスボムを作ります。実験を通じて化学の楽しさを実感できます。
③四日市市・企業OB人材センター多目的室(橋北交流会館3階)
④☎059・330・5001
⑤参加無料。定員／各12名。対象／市内在住の小学生。要申込(電話またはHP(http://yokkaichi-obcenter.jp/)にて申し込み)。持ち物／筆記用具、ノート。マスクの着用をお願いします。

◆きらら号スターウォッチング「月と木星、土星を見よう」

①9月26日(土) 18：30～20：00
②月と、見ごろの惑星「木星」と「土星」を観察します。
③四日市市民公園(博物館前)
④☎059・355・2700
⑤申込不要。天候不良時は中止。

◆こども四日市ワークショップ

①9月27日(日) 13：00～15：00
②自分だけの可愛い「キャラクター」をフエルトなどで作ります。
③四日市市・すわ公園交流館
④☎059・350・8411
⑤参加費／300ヨーまたは300円。対象／小学生。要申込(事前にすわ公園交流会館へ。先着順)。定員／10名。マスク着用必須。

◆吉崎海岸早朝清掃

①10月4日(日) 8：00～10：00
②アカウミガメ もおとずれる楠町の吉崎海岸を、私たちの力で生物豊かでキレイな砂浜にしてみませんか?(8：00～清掃、9：00～海の楽しい勉強会)
③四日市市・吉崎海岸
④☎090・3951・5881(四日市ウミガメ保存会・山田)
⑤申込不要。持ち物／運動靴、帽子、飲みもの。雨天決行。中止の場合はhttps://www.facebook.com/umigame2009/でお知らせ。

◆こども環境教室 まちなかエコたんけん

①10月10日(土) 10：00～12：00
②ソーラーパネルなど、環境にやさしい取り組みをまちへ探しに行きましょう。
③四日市公害と環境未来館 1階研修・実習室
④☎059・354・8430
⑤参加無料。対象／小学生(保護者同伴)。要申込(詳細は広報よっかいち8月下旬号8～9ページをご確認ください)。定員／16名(応募多数の場合は抽選)。

◆自然観察会 木の実・草の実、草はらの虫

①10月18日(日) 10：00～12：00
②ドングリ、ひっつき虫、バッタやトンボ、クモなどを観察します。(講師／四日市自然保護推進委員会)
③四日市市・南部丘陵公園 南ゾーン小動物園北側広場
④☎059・354・8065(四日市公害と環境未来館)
⑤参加無料。対象／どなたでも(小学生以下は保護者同伴)。服装／長袖・長ズボン・運動靴・帽子など。バリアフリーコースあり。

◆菰野町のコスモス

①10月中旬～下旬頃 見頃予定
③菰野町内休耕田
④☎059・391・1129(菰野町役場観光産業課観光商工推進室)

【読み聞かせ】

◆おはなしびっくりBOX

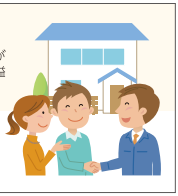
①9月23日(水) 15：30～
②「Can」による絵本の読み聞かせや、手遊びなど
③四日市市立図書館
④☎059・352・5108
⑤対象／幼児から。(幼児は保護者同伴)

東京おぎくぼラーメンえびすやは四日市市を中心に5店舗。ご家族でお出かけの際はぜひ人気の「おこさまラーメン」、ボリューム満点の「おこさまラーメンセット」、「おこさまちゃーはんセット」をお召し上がりください。

えびすや 東京おぎくぼラーメン

株式会社エビスフード(東京おぎくぼラーメンえびすや)
本店／四日市市諏訪栄町4-9 長谷川ビル1F
TEL. 059-357-3117 FAX. 059-357-3119 http://www.r-ebisuya.co.jp/

各種不動産高価買取致します!
住み替えや転勤で、誰も住まなくなったお家、ご両親が生前お住まいになっていた大切なお家、そんな思い出溢れる不動産を高価買取させて頂きます!(当社規定有り)



福栄産業
〒510-0075 四日市市安島2-2-5
TEL. 059-353-1700 FAX. 059-354-2136

◆赤ちゃん絵本のよみきかせ
①9月24日(木)11：00～
②絵本の読み聞かせや手遊びなど赤ちゃんとのスキンシップの時間です。
③四日市市立図書館
④☎059-352-5108
⑤対象／0歳から。

◆絵本の読み聞かせ
①9月26日(土)14：00～14：30
②「中部読み聞かせサークル」による絵本の読み聞かせ。
③四日市市・あさけプラザ図書館
④☎059-363-0102
⑤参加無料。申込不要。

■鈴鹿エリア

【イベント】

◆パラグライダーによる浮遊体験会
①10月11日(日)10：00～15：00（荒天時18日(日)に延期）
②パラグライダーに乗り、大空を散歩してみましょう。
③鈴鹿市・白子港緑地
④☎080-4226-3976（三重県フライヤー連盟・石田隆久）
⑤参加料／300円。

■東員・いなべエリア

【イベント】

◆東員町のコスモス
①10月頃　見頃予定
②休耕田を利用した一面のコスモス畑が楽しめます。2020年は、東員駅南側にコスモスが咲き誇ります。晴れれば鈴鹿山脈も一望できるロケーションです。
③三岐鉄道北勢線「東員駅」南側
④☎0594-86-2808（東員町役場産業課）

■川越・朝日エリア

【イベント】

◆ウクレレ歌あそび
①9月28日(月)11：15～11：30
②地域の方のウクレレ伴奏で楽しく歌いましょう。
③川越町おひさま児童館
④☎059-361-1070

【読み聞かせ】

◆ストーリーテリング
①10月18日(日)11：00～11：30
②絵本を使わず耳で楽しむ特別なおはなし会です。今回のおはなしは三まいのお札、ヤギとコオロギ、王子さまの耳はろばの耳です。
③朝日町教育文化施設2階・視聴覚室
④☎059-377-6111
⑤定員／15名（先着順）。要申込（10月10日(土)までに電話か図書館にて配布中の申込書をあさひライブラリーカウンターへ提出）。

新型コロナウィルス流行に伴い、イベントによっては、延期・中止・内容の変更を行う可能性があります。開催状況については、各イベントの主催者までお問い合わせください。

夢をかなえる仕事
～ドリームクリエーター～

やりがいのある介護の仕事、目指しませんか。

介護の仕事を始めるのに年齢は関係ありません

介護福祉士の仕事は利用者や家族の幸せを創ること。
あなたの優しさや想いがみんなを笑顔にします。
子育て中の方、子育てが少し落ち着いた方、新しい道に進もうと考えている方など
様々な年代の方が介護福祉士を目指しています。

わたしたちと一緒に介護福祉士を目指しませんか。

養成校の強みと魅力

介護福祉士の養成校では、卒業後に即戦力として活躍し、介護が一生の仕事になるよう基礎から応用、実践力をしっかり身に付けるカリキュラムを組んでいます。国家試験の合格だけを目指すのではなく、知識・技術・人間力を備えたプロになるための学習を、同じ目標を持った仲間と一緒に頑張っていきます。

かいごっくま

三重で介護のスペシャリストを目指そう

三重県介護福祉士養成施設協議会

四日市福祉専門学校／鈴鹿オフィスワーク医療福祉専門学校
三重介護福祉専門学校／ユマニテク医療福祉大学校／高田短期大学

http://www.mie-kaiyoukyou.com　三重介養協 で検索

児童館を知っていますか？

皆さんは四日市市内に4つの児童館があることを知っていますか？児童館は、子どもに健全な遊びや体験活動を提供し、個別的・集団的に支援や援助を行い、子どもの心身ともに健やかな育成を図ることを目的とした施設です。18歳未満の子どもとその保護者の方なら、どなたでも無料で利用していただけます♪ぜひ、一度足を運んでみては？

よっかいち児童館MAP

こども子育て交流プラザ
四日市市東新町26番32号
橋北交流会館4階
TEL 059-330-5020

北部児童館
四日市市富州原町31-50
TEL 059-364-5444

塩浜児童館
四日市市大字塩浜887-1
TEL 059-346-7332

こどもの家
四日市市諏訪栄町22−25
TEL 059-351-3933

※児童館によって開館時間や定休日など運営内容は異なります。各児童館もしくは、四日市市こども未来部こども未来課までお問い合わせください。（四日市市こども未来部こども未来課 TEL 059-354-8069）

四日市市
こども子育て交流プラザ

みなさん、こんにちは。今年の夏休みはあっという間に終わってしまいましたが、夏の思い出は出来ましたか？季節はどんどん秋に近づいているとはいえ、まだまだ残暑が続き、日中は暑い日も多いです。引き続き、熱中症対策をしっかり行って、体調管理に気を付けましょう。

現在、プラザでは感染症拡大防止への取り組みとして、開館時間など通常とは異なる運営を行っています。ご利用の際は、必ず最新情報をホームページまたはお電話にてご確認ください。ご不便をおかけしますが、引き続きご理解、ご協力をお願いします。

【イベントのお知らせ】
※今後の状況に合わせて、予告なく中止、変更となる場合がございます。

◆プラザでスケッチ
● 9月21日（月・祝）
10：00～11：00
えんぴつ、絵の具などを使ってひろばでスケッチしよう！ひろばから何が見えて、何があるのか自由に描いてみよう!!使いたい画材は持ってきてOK。
● 対象／どなたでも
● 定員／当日先着15組
● 持ち物／汚れても良い服装、使いたい画材、帽子、飲み物
※開始15分前から受付。
※雨天・高温など、活動が困難な場合は中止します。

◆えほんのひろば
● 9月27日（日）15：30～16：00
季節のおはなしをします。
● 対象／どなたでも
● 定員／当日先着10名

◆○○（まんまる）広場
● 10月5日（月）10：00～11：00
多胎児親子集まれ！
● 対象／未就学児
● 定員／当日先着12組

アクセス

◆場所／四日市市東新町26番32号
橋北交流会館4階（旧東橋北小）
◆開館／9：00～19：00
（小学生以下は17：00まで
※5月～8月は17：30まで）
※12/29～1/3は休館

四日市市こども子育て交流プラザ
ホームページ
http://cocoplaza-yokkaichi.jp/
（PC・スマートフォン対応）

電話：059-330-5020 FAX：059-334-0606

お弁当ぎゃらりー Sugiary☆Kitchen

季節のキャラ弁「秋桜とキノコ」

▼用意するもの

ご飯、ハム、スライスチーズ（チェダー）、水菜、ミートボール、小さいウインナー、人参、おかず（焼き鮭、ほうれん草の胡麻和え）

▼作り方と詰め方（写真参照）

①ハムは細くしたものを4本用意し、両端をギザギザにカットします。
②作り方写真を参考に、4本を重ねていきます。
③丸くにぎったおにぎりの上に、②をのせます。
中央に丸く抜いたスライスチーズをのせ、水菜で葉と茎を作ります。
④お弁当箱の空いているスペースを、クッキングシートなどで仕切ります。
⑤ウインナーを炒め、ボイルしたミートボールに爪楊枝でさしとめ、キノコを作ります。（ウインナーとミートボールの接着する面は平らにカットします）
⑥お弁当カップなどを使い、おかずを詰めていきます。
⑦⑤のキノコを詰める場所にも、お弁当カップをセットします。
⑧⑦のお弁当カップに、⑤のキノコを詰めます。
⑨ボイルした人参をのせたら完成です。

かわいく作ってね

季節を感じるキャラ弁を紹介していきます。

食育メニュープランナー
藤波 久仁子

cookpad　Instagram

旬のお魚 離乳食レシピ

お魚は脂肪が少なく、良質のたんぱく質を含んでいるため、離乳食にはピッタリの食材だと言われています。お魚の離乳食材通販サービスmogcook監修レシピでお魚を使った離乳食づくりにチャレンジしてみませんか？

魚と素麺のお焼き風

完了期からのレシピ

※写真はかいわりを使用しています。

●材料

魚	10g（1パック）
素麺	適量
モロヘイヤ	10g
ひじき	5g
溶き卵	大さじ1
油	少々

●作り方

（下ごしらえ）
魚は湯煎解凍し軽くほぐします。
①素麺は柔らかく茹でて水でよく洗い1～2センチに刻みます。
②モロヘイヤは茹でてひじき同様細かく刻みます。
③ボウルに魚、素麺、モロヘイヤ、ひじき、溶き卵を入れよく混ぜ合わせます。
④フライパンに油を熱し薄く平らにし両面焼けば、出来上がり♪
（※この時蓋はせずに焼くと煎餅のように手で持ちやすくなります。）

●ポイント

素麺自体に塩分が含まれているので、茹で上がったらしっかり水で洗い流しましょう。

アレルギー義務品目…卵、小麦
アレルギー推奨品目…なし

●情報提供

お魚の離乳食材の通販サービスmogcook。
三重県南部の港町より、離乳食期のお子様の成長に合わせて、お魚を調理しやすいように下処理した食材をご自宅にお届けします。

・安心の理由
加工時に調味料・添加物は一切使用していません。
地元で水揚げされたお魚を手作業で加工しています。
食材は全て三重県産です。

・安全の理由
厚生労働省ガイドラインを元に、お魚を選択しています。
管理栄養士の監修のオリジナルレシピを送ります。

・お手軽の理由
加熱済みで、骨を抜いて適正サイズ（10g）にカットしてあります。

三重県発。旬のお魚
離乳食材通販サービス
「mogcook」（モグック）

http://www.mogcook.com/
〒519-3204　三重県北牟婁郡
紀北町東長島324-10
株式会社ディーグリーン
電話：0597-37-4080（月～金）
10:00～17:00 ※土・日・祝休

秋の親子なぞなぞラリー

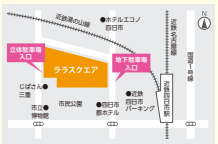
10月 3日(土) 4日(日)

11:00～15:00 4階 わくわく・ふれあい広場（受付）

ララスクエア四日市4階・5階に隠されたなぞなぞを見つけよう！全問正解するとプレゼントがもらえるよ。
小学生以下対象（低学年以下のお子様はおうちの方同伴）。
参加無料。先着50名様。

LaLasquare YOKKAICHI

ララスクエア四日市
四日市市安島1-3-31
TEL.059-355-6121
http://www.lalasquare-y.com



カッパ先生と作ろう！ おやこde工作

今月の作品　飛び出すおばけ

●用意するもの
紙コップ、ストロー、ペン、テープ、ハサミ、ビニール袋

1 ビニール袋におばけを描く

2 紙コップの底にはさみ等で穴を開けてストローを通す
※紙コップに穴を開ける時は、ケガをしないように気をつけよう。

3 ストローの先端をビニール袋の中に入れてテープで止める

4 ビニール袋とストローを紙コップの中にしまって完成！

遊び方

ストローを吹いて、紙コップからおばけを飛び出させよう！
（飛び出したおばけをゆっくり押して戻すのも楽しいよ）

◆監修：
四日市市子ども子育て交流プラザ
鴨田大

こんにちは！カッパ大好き鴨田です。
親子で楽しめるような工作を皆さんに伝えていきます。
遊んで、飾って、思い出に残る工作たちを作っていきましょう。
完成品や、工夫やひらめきがあったらこども子育て交流プラザに見せに来てね。

今月のおすすめBOOK

くろりすくんとしまりすくん

いとう ひろし　作・絵
A5　講談社
1,200円+税

木のぼりが得意で木の上に住むくろりすくんと、穴ほりが得意で地面の下に住むしまりすくんが友達になりました。春に出会いどんどん仲良くなる2匹ですが、しまりすくんだけは冬眠するので、冬にはくろりすくんは1人になってしまいます。離れていても途切れない2匹の絆に、心が温まります。また、季節ごとの森の風景の描写も細かく、大人が読んでも楽しめます。

あきのセーターをつくりに

石井 睦美　文
布川 愛子　絵
A4　ブロンズ新社
1,300円+税

この絵本を読んでいるうちに、豊かな感性から紡ぎだされた薫りたつような文と彩り鮮やかな絵がハーモニーを奏で、落ち葉あふれる秋景へと誘われていることでしょう。冬を迎える前の生命のかがやきは見る者の心をあたたかく包み、豊かで幸せな気持ちにさせてくれます。感性を育むのにぴったりな一冊、秋の夜長に備えあれば憂いなしです。

ご協力　宮脇書店　四日市本店／三重県四日市市安島1-3-31 ララスクエア四日市4F
営業時間：10:00～21:00　☎：059-359-5910

LaLasquare YOKKAICHI

イベントのご案内

感染症拡大防止措置として、イベント内容の一部変更または中止とさせていただく場合があります。最新情報はララスクエア四日市ＨＰをご確認ください。

9月 24日(木)▼27日(日)

アピタ四日市 エキサイティングカーニバル協賛抽選会

10:00～17:00 4階 わくわく・ふれあい広場

アピタ商品券、シネマチケット、図書券などが当たる抽選会を開催致します。

ララスクエア四日市館内お買い上げレシート1,000円以上でお1人様1日1回参加。
UCSカード、ユニーmajikaカード、majikaカードいずれかご提示でもう1回チャレンジ。

event info

お家づくりをお考えの方、どなたでも自由にご参加いただけるイベントです。お気軽にどうぞ！
※内容や日程は変更する場合がございます。最新情報は HP のイベント情報をご覧ください。

津 住まいの設計に携わる、建築士がご案内します。「計算・デザインされた暮らし心地」住宅見学会！

10/3 SAT - 4 SUN
10:00 - 17:00

◀ご予約はこちら

鈴鹿 【公開スタート！】これからの暮らしに優しく「家族の時間を育む家」住宅見学会！

10/10 SAT - 11 SUN
10:00 - 17:00

◀ご予約はこちら
＊ご相談で別日程も見学可

菰野 【最終公開】ガレージ×屋上リビング「自然に癒される、カフェのような家」住宅見学会！

10/17 SAT - 18 SUN
10:00 - 17:00

◀ご予約はこちら

菰野 ナチュラル派と北欧スタイルが好きな方へ「小さく豊かに住まう家」住宅見学会！

10/24 SAT - 25 SUN
10:00 - 17:00

◀ご予約はこちら
＊ご相談で別日程も見学可

HOUSE-CRAFT
■ 菰野スタジオ　〒510-1233　三重県三重郡菰野町菰野 1503-1
■ 鈴鹿スタジオ　〒510-0254　三重県鈴鹿市寺家六丁目 11-27
資料請求・イベントのお問い合わせ・住まいづくりのご相談はお気軽に
0120-54-2005
tel.059-394-2005　fax.059-325-7500
www.house-craft.jp
ハウスクラフト　検索

ハウスクラフトをもっと知りたい！そんなあなたは …

INSTAGRAM housecraft.jp
FACEBOOK @housecraft.jp
TWITTER @housecraft.jp

親子リトミック教室♪

●10月6日(火)・20日(火)
❶部 10:10~11:00
❷部 11:20~12:10
※6日(火)❶英語❷日本語
20日(火)❶日本語❷英語
●対象／2~4歳のお子様
●定員／毎回親子10組
●参加費／500円

講師
浦野 めぐみ 先生
伊藤 しょうこ 先生

協賛
水谷工建

心も弾む♪親子バランスボール教室

●10月12日(月)・28日(水)
❶部 10:30~11:15
❷部 11:30~12:15
●対象／0才代~小学生以下のお子さまをお持ちの方。
●定員／毎回親子5組
●参加費／500円
※保護者様お1人での参加もOK。

講師
一般社団法人体力メンテナンス協会認定 産後指導士
小野 有美子 先生
一般社団法人体力メンテナンス協会認定 産後指導士
横石 亜紀 先生

協賛
ハウスクラフト株式会社

子育てママのバレトン教室

●10月15日(木) 10:30~11:15
●定員／親子8組
●参加費／500円
※ママおひとりでもお気軽にどうぞ！
※お子様は6ヶ月から(託児なし。抱っこひもでの参加もOK)
※タオル、お茶や水などの水分をお持ちの上、裸足になれる動きやすい服装でお越しください。

講師
エンジョイライフサポーター
ゆみこ 先生

親も子も楽しめるヨガ教室

●10月19日(月) 10:30~11:30
●定員／親子 8組
●参加費／500円
※ママおひとりでもお気軽にどうぞ！
※お子様は6ヶ月から(託児なし)

講師
看護師／ヨガインストラクター
斉木 智子 先生
幼稚園教諭
ヨガインストラクター
伊藤 寛恵 先生

協賛
Casa
Casa株式会社

教育資金を貯める！セミナー

●10月14日(水) 10:30~11:15
●定員／5名
●参加費／無料
※お子様連れでもお気軽にどうぞ！(託児なし)

講師
保険クリニック四日市店
水谷 先生

おすわりアート&おひるねアートであそぼう！

●10月26日(月)
❶部 10:30~11:30(おすわりアート)
❷部 13:00~14:00(おひるねアート)
●対象／・おすわりアート…腰がすわりが完了しているお子様(支えがなくても座れるお子様)
・おひるねアート…1歳未満(月齢12か月まで)の赤ちゃん
●定員／毎回親子10組
●参加費／500円
●テーマ／ハロウィン
(1部・2部共通)
※撮影機器は各自ご持参ください。
※開始時刻からの30分以上の遅刻・30分以内の退出はご遠慮ください(遅刻の場合はキャンセル扱いにさせていただきます)。

講師
一般社団法人
おひるねアート協会認定講師・おすわりアート認定講師
ワダ マリ 先生

協賛
ハウスクラフト株式会社

手形アートであそぼう！

●10月5日(月)
❶部 10:30~11:30
❷部 13:00~14:00
●対象／0歳~3歳のお子様と保護者
●定員／親子10組
●参加費／500円

講師
petapeta art
アドバイザー
ワダ マリ 先生

協賛
Casa
Casa株式会社

こどもお絵かき教室

●10月21日(水) 10:30~11:30
●対象／2歳以上の未就園・未就学のお子様
●定員／親子 10組
●参加費／500円
※よごれてもいい服装でご参加ください。

講師
こどもアート工房代表
STUDIO EDGE
小林 渚 先生

協賛
ハウスクラフト株式会社

かんたん！おうちパン教室

●10月8日(木) 10:00~13:00
●場所／あさけプラザ2階調理室
●定員／9組
(お子様と一緒に当パン教室に参加することはご遠慮いただいております。)
●参加費／1，500円
※託児別途一人500円必要。
託児は第2小ホール。
※お子さま連れの方は託児のご利用をお願いします。
※マスク着用をお願いします。

〈メニュー〉
★メロンパン
★パンサラダ
★スープ

講師
麦めいど主宰
永井 久美子 先生

ベビーマッサージ教室

●10月8日(木)
❶部 10:30~11:15
❷部 13:00~13:45
●対象／2ヵ月~はいはいまでの赤ちゃん
●定員／各回親子10組
●参加費／500円
※託児はありません。
※バスタオルをご持参ください。

講師
ベビーマッサージ協会認定講師
森 綾子 先生

協賛
SEKISUI HOUSE
積水ハウス四日市支店

助産師さんと話そう！

●10月9日(金) 10:30~11:30
●対象／0~1歳の赤ちゃんとママ、妊婦さん。妊娠中の方は、お電話にてご予約ください。
●定員／親子8組
●参加費／無料

講師
出張専門母乳育児相談
※マノントモ※ 助産師
奥 友美 先生

協賛
トヨタホーム三重株式会社

●安心・安全なカルチャー教室運営のために

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、今後の情勢によっては、内容や定員、開講時刻の変更や、教室を休講させて頂く場合があります。その際は、メールまたはHPにてご案内いたします。開講に際しての弊社の取り組み、また受講される皆様へのお願い等、各種情報に関しましては、右下のQRコードからデルタスタジオHPをご確認ください。

カルチャー教室参加者募集中！

各教室の詳細や空き状況はデルタスタジオのホームページでご確認ください。

●会場：ララスクエア四日市 4階・デルタスタジオ
(パン教室のみ「あさけプラザ」。)
●ご予約受付は先着順です。空き状況などはホームページにて随時ご案内いたします。

11月分の予約開始　10月1日(木)10:00～

予約方法

●デルタスタジオ ホームページ（申込フォーム）
http://delta-studio.jp/
※右のQRコードよりアクセス可能です
●お電話：059-355-1320（平日 10:00～17:00）

Wara baby cafe通信

Wara baby cafeよりお知らせ

●10月のWara baby miniマルシェ
10月16日（金）10：00～15：00
ハンドメイド作品販売、ワークショップ、癒し、美容、焼き菓子販売などのお店が出店します。
今後毎月第3金曜日に開催致します！入場無料ですのでぜひ遊びに来てください。

●9月のパンカフェの日
9月23日（水）12：00～17：00
パンプレート1,000円
事前予約制です。ご予約受付中！

お店でもお家でもwara baby cafeの味をお楽しみください♪
TAKE OUTのご注文継続しています！
●予約制です。
当日10：00までにご予約をお願い致します。11：30以降にお渡しが可能です。ご予約はインスタグラムのダイレクトメッセージもしくはお電話でお願い致します。

☎080-4304-4016
（9：00～16：00）
●マイ容器をお持ち頂くと50円引きとさせていただきます！
※マイ容器サイズの目安
13cm×17cm×5cm

Wara baby cafe 詳細

●場所／イオン白子サンズ1階アーケード下（駐車場1400台完備）
●営業時間／9：00～17：00
（オーダーストップ16：00）
●定休日／火曜日
●問合せ先（営業時間のみ）／080-4304-4016
※その他詳細はインスタグラムでご確認ください。
●SNSでイベント情報配信中！フォローお待ちしています♪

Wara baby cafe
鈴鹿市白子駅前9-20イオン白子1階
TEL. 080-4304-4016
Wara baby cafe
〈LINE〉 〈インスタ〉 〈ブログ〉

お宮参り、七五三、入学・入園、卒業・卒園、初節句、成人式・結婚・家族写真、記念日、マタニティー、出張撮影

七五三のお子さんをお持ちのお父さん・お母さんへ
七五三 期間限定 応援パック

選べる 30,000円コース ※価格は税抜きです。

Cタイプ 全データ渡し

※アルバム・額縁は変更することが可能ですが、差額が発生する場合があります。

特典 セットの中には着付けと美容がサービスで入っています。
アルバム＋額縁＋衣装代 全て含まれております。

お出かけ衣装無料！ 撮影後にそのままの衣装でお参りに行けます。別途費用は発生しません。

※コース以外にも撮影は可能です。詳しくはお問い合わせください。

こども新聞見たよ！ってお電話ください！
☎ 059-332-1646

SATOH STUDIO
●住　所 三重県四日市市山手町3321-1
●営業時間 9:00am～7:00pm 火曜定休
●HP http://www.satohstudio.jp
●Mail info@satohstudio.jp

きんせいの居場所

場　所 四日市市登校サポートセンター「ふれあい」（中央緑地公園前）
開所日時 毎週土日 10:00～19:00

音楽室・軽運動室が使えるよ！

総合会館の居場所

場　所 四日市市総合会館7階 第3研修室
開所日時 特定の日曜日 09:00～16:30

一般社団法人子育て支援ネットワーク・トゥモローズ ☎059-355-1320 ※㈱デルタスタジオにつながります。

子育てマイスターのよかパパ生活記

岸田 さとし

2014年に四日市で開催された〝ファザーリング全国フォーラム〟が、今年は宮崎県で実施されました。WEBからの参加も可能となったため、私はWEBで参加し、話題の「働き方改革」「少しの努力で〝伸びる子〟を育てる！池田清彦の子育て術」「ワンオペ育児・家事から脱却するために！」など役に立つ話を楽しく聴けました。この動画がYoutubeで視聴できます。パパはもちろん、ママこそ聴いてみませんか？

■チャイルドヘルプライン チャリティー映画「ママをやめてもいいですか!?」

ママをやめたいと思ったことありませんか？映画では様々な事情の中で〝やめたい〟気持ちを抱えるママが出演。子どもと向き合い自分の答えを見つけます。仲間で、ご夫婦で、感動と共感を。

●日時／11月3日（祝）①10：00～②12：30～③15：00～（上映時間92分）
●会場／四日市市勤労者・市民交流センター東館（四日市市日永東1-2-25）
●参加費／大人1,000円、小学生～18才800円（当日参加の場合は500円増）
●託児／1人500円（10月31日〆切）
●予約・連絡先／☎059-351-6670（四日市まんなかこどもステーション）

「ファザーリング全国フォーラム」inみやざき
http://www.umk-s.co.jp/link/fathering/

パパスマイル四日市
●詳しくは
https://www.facebook.com/yokkaichipapa

四日市友の会だより

テーマ：てあらい～ウィルスに負けない丈夫な体にしよう

いつもより短い夏休みが終わり、〝Withコロナ〟の日常が始まっています。これからの季節はインフルエンザの流行にも警戒が必要です。家庭でできる最も簡単で効果的なウィルス対策は「手洗い」です。友の会の幼児生活団では、手洗いやうがい、早寝早起きなど良い生活習慣を身につけることを大切にしています。外出自粛期間中も「てあらいやうがいをまいにちして、じぶんでじょうぶなからだにしてげんきにすごしましょう」と子どもたちに呼びかけました。

お家での様子をご紹介します。

●帰宅すると先ず、洗面所へ。大人が言わなくても自分ですすんで洗ってくれるのでありがたいです。

●子どもがうっかりしているときは「何かするんだった？」と聞くと、「あっ、うがい手洗い！」と洗面所にとんで行きます。小学生の兄と二人で「てあらいの歌」をうたいながらていねいに洗っているときもあります。

10月から始まる予定の「親と子のせいかつ教室」でも、子どもたちのやる気を大切にして、働きかけていきます。

【親と子のせいかつ教室 10月に開催を延期しました】
●10月24日（土）9：30～14：00（基本は毎月第4土曜開催）
●対象／満3歳児～未就学児とその保護者
●参加費／親子ペア1,000円（各回）※保険料を含む
※実習時は別途材料費実費

■四日市友の会の子育て支援【すくすくの会へどうぞ】
●10月9日（金）10：00～11：30（基本は毎月第2金曜開催）
●持ち物／水筒・着替えなど
●参加費／子ども1人につき50円（託児保険料）
※詳しくはお問い合わせください。

乳幼児の親子の集まり「すくすくの会」は0～3歳以下の子どもを持つ方ならどなたでも参加できます。（親のみ参加OK）

四日市友の会
四日市市智積町2910-4
TEL.059-326-2081（平日昼間のみ）
TEL.080-5132-4332（佐藤）
メール：yokkaichitomonokai1939@gmail.com
https://481tomonokai.jimdo.com/
四日市友の会

トゥモローズ
一般社団法人
子育て支援ネットワーク・トゥモローズ
☎059-355-1320 ※㈱デルタスタジオにつながります。

子どもと若者の居場所とは
子どもと若者の居場所とは、人が気軽に集い、自由に語り合える場所であり、利用される方の自主的な活動（やりたいこと）を支援する場所です。主に中高生を対象としていますが、地域の若者やお子様連れなど、親子でも気軽に利用していただけます。

居場所の最新情報はwebで！
居場所HP
居場所LINE ぜひ登録してね！

ココロンはかせの子育てゼミナール

はいはい、みなさんこんにちは。さて、よくないとはわかっていてもつい、命令口調になってしまってはおらんかな?あまりに口うるさいと子どもは心の栄養不足に陥り、ますます言うことを聞かなくなってしまう。そんなときは関係性のリセットからはじめよう。①子どもへの注意をやめる。(※途中で何か言ってしまったら最初から)注意したいことがあっても〝なにも言わない〟を一週間続ける。「何度も同じことを言わせないで」という怒りから注意することが目につきやすくなっておるし、子どもは何度も同じことを言われ、イライラしとるはずじゃからのう。②子どもの心の栄養を満タンにする。そのために言いたい気持ちを抑えて〝見逃す〟に徹する、感じのいい挨拶を朝から晩まで欠かさない、子どもが特別なことをしていなくても笑顔を向け、目で追う。人は自分にいい気持ちを与えてもらっていると素直になれるし、やる気も出る。心が満たされてくると人のいうことに素直に聞く耳が持てるようになってくる。家がゆっくりと休める心の安全基地になれば兄弟仲もよくなる。〝嫌な気持ち〟の破壊力はすごくて、1個の小さな〝嫌な気持ち〟を帳消しにしようと思ったら、10個は〝いい気持ち〟が必要になり、ボス級の嫌な気持ちには100個以上のいい気持ちが必要じゃ。少し難しいかもしれんが①と②は同時に実践しても効果的じゃぞ。③伝え方を変えて指示する。子どもがいい気持ちで満たされたら、ふるいにかけた必要な注意だけを命令口調だった「〜しなさい」から、優しく促す口調の「〜しようか」に変える。子どもに〝ママが変わった〟ことに気づかせねば、言い方を変えても気づいてもらえず、〝今までと同じ〟と思われてしまい、聞く耳を持ってもらえん。ここで①の我慢の結果がみえてくるぞ。〝言ってもいうことをきかない〟〝言われたことを聞こうとしない〟のは子どもの心に栄養が足りていないことがほとんど。親は大事にしておってもそれが子どもには充分に伝わっておらんこともある。お茶碗一杯でお腹いっぱいになる子もおれば、お茶碗一杯では満足できん子もおるように、わかりやすく愛情を表現してもらえんと心の栄養不足になる子もでてくるんじゃ。子育ての悩みは尽きんかもしれんが〝その子がお腹いっぱいになる無条件の愛情〟を伝わるように表現してみると案外、解決することも多いぞよ。試しておくれなぁ。ぬほほほほ。

株式会社オフィス優
四日市市鵜の森1丁目2-19　マルキビル2階
TEL.059-355-0539
mail@officeyu.info
http://officeyu.info
オフィス優HP→

LINE ラインでのお問い合わせも承ります

タイトル『イライラ・ガミガミしないママになれる本』(仮)の出版がきまりました!
全国書店・主要オンラインショップにて12月発売予定
秀和システム株式会社様から出版です。ご興味のございます方は是非!

いろんな方が相談にお見えになります。本気で苦しくなってからよりも、気になりだした頃に来ていただくほうがうんと解決への道が早いです。まずは一度お試しいただければと思います。
筆者:水野優子のブログ↑

「みえこども新聞」、子育て応援広告募集中。
市内私立保育園をはじめ、三重県北勢地域が配布地域のフリーマガジン「みえこども新聞」に、広告を掲載してみませんか?ご掲載をお考えの方は、お気軽にお問い合わせください。
株式会社 デルタスタジオ
〒510-0075 四日市市安島1-3-31ララスクエア四日市4階
TEL. 059-355-1320 Mail. kodomo@delta-studio.jp
DELTA STUDIO

外構・エクステリア工事もお任せください!
お子様と一緒にお庭でお花や野菜を育てられたら素敵ですよね。最大限の工夫をもってご予算に応じた最高のご提案をさせていただきます。どうぞお気軽にご相談ください。
総合建設業 有限会社 服部建設工業
〒512-1205 四日市市平尾町2800-2
TEL. 059-326-5850 http://www.hattori-k-k.jp/

家族のために、未来のために。

おしえて！いっきゅうくん。

ママの保険講座

インフルエンザと新型コロナ

マスクや消毒を心がける生活にも慣れてきた今、インフルエンザに関するニュースが増えてきました。「今年は早めのワクチン接種を」とアナウンスされています。

インフルエンザと新型コロナウイルスとの違いは「治療薬の有無」です。日本で認可されているインフルエンザ治療薬は現在5種類あり、新生児にも使用できるもの、予防投与可能なもの、重症者用の点滴も開発されています。

しかし、感染そのものを防ぐわけではありません。インフルエンザワクチンの目的は「感染しても発症を抑える」ことと「発症しても重症化させない」ことです。

特にこれからは、同時流行が心配されています。

初期症状の発熱やだるさなどが共通しているため、病院では「インフルエンザと確認されるまでは新型コロナを想定して対応」されるそうです。コロナが疑われる場合も、保健所ではなくかかりつけ医に相談となるため、混乱が予想されます。

治療費の面では、インフルエンザであれば今まで通りの自己負担です。コロナと診断されると自己負担はありません。入院ではなく軽症時にホテル等で療養した場合も無料です。民間の保険は通常通り給付され、多くの保険会社は「指定感染症」として災害割り増し分も支払われるそうです。

しかし、国の全額負担はいつまでの措置かは未定です。コロナと共存する社会になると、健康保険を利用しての自己負担もあるかもしれません。そうなると感染リスクを抑えるため、入院の際に病室が個室になるなど費用増加も考えられます。

また、家族を支える主婦が何日も家を空けると、家事や育児の負担の心配も増えます。「健康だから保険は要らない」と思われている方も、今一度考えてみることをおすすめします。

保険クリニック
保険のこと、相談できる！納得できる！

全国158店舗展開中

保険クリニック 四日市店

四日市市十七軒町4-18
FAX:059-351-4808
http://www.best-ma.com

保険クリニック四日市 検索

お電話でのご予約・お問合せは

FreeDial 0120-779-365

■営業時間／9:00～18:00 ■定休日／年末年始
★土日も相談可

予約優先とさせていただいておりますので、お電話にてご連絡下さい

みえこども新聞
2020.9[Vol.105]
2020年9月19日 発行

DELTA STUDIO
発行：株式会社デルタスタジオ TEL：059-355-1320
四日市市安島1-3-31 ララスクエア四日市4F
Publisher：若林 辰也 Producer：森角 紗羅 Art Director：内山 亜美
Designer：道所 有幸・浜口 亜寿香 Editor：茨木 美有・日置 史華

バックナンバーは
電子ブック版をご覧ください！
みえこども新聞

のびのび育て!みえの子どもたち ～三重県子ども・福祉部からのお知らせです～

「第12回ありがとうの一行詩コンクール」大募集!

家族や大切な人への「ありがとう」の気持ちをテーマにした一行詩を募集します。新型コロナウイルスの影響下で、改めて認識した家族への「ありがとう」という気持ち、休校により離ればなれとなった友人やテレワークにより接する機会の減った同僚などへの「ありがとう」という気持ちを伝え、物理的な距離が遠くなった分、心の距離をより縮めませんか?
たくさんのご応募お待ちしております!

●募集期間
令和2年8月17日（月）から令和2年10月15日（木）まで

●募集作品
「ありがとう」の気持ちがこもった一行詩（短いメッセージ）
[～今こそ再確認～家族の絆部門]
自粛生活により、家族で過ごす時間が長くなったことをふまえ、再確認した家族の絆、感謝の気持ちをテーマに募集します。
[～いつもあなたの心のそばに～地域の絆部門]
休校やテレワークにより人と人の距離が離れ、気持ちを直接伝える機会が減った中で、感謝の気持ちを伝えることをテーマに募集します。

●応募方法
郵便、FAX、電子メール、申請・届出等手続の総合窓口のいずれか
（点字の場合は、封書で送ってください。）

●応募資格
どなたでもご応募いただけます。

●応募先
○郵便　〒514-8570　三重県津市広明町13
三重県子ども・福祉部少子化対策課　一行詩係
○電話　059-224-2269
○FAX　059-224-2270
○電子メール　jisedai@pref.mie.lg.jp
○申請・届出等手続の総合窓口申込フォーム
https://www.shinsei.pref.mie.lg.jp/uketsuke2/dform.do?id=1595900799143
※詳細は県ホームページをご覧ください。

第12回ありがとうの一行詩　検索

■お問い合わせ先
三重県子ども・福祉部少子化対策課
TEL:059-224-2269　FAX:059-224-2270
E-mail：shoshika@pref.mie.lg.jp

みえの子ども応援プロジェクト よっかいちステーション 参加無料

「みえの子ども応援プロジェクト」は、子どもたちが自分らしくいきいきと育つよう「子育て・子育ち支援」をキーワードに企業、地域の皆さん、三重県が協働して進めるプロジェクトです。

絵本・らくがき・ぬり絵など、開催日によって いろいろなコーナーで遊べるよ！

出展内容について、詳しくは
よっかいちステーションホームページをご覧ください。
●お問い合わせ：よっかいちステーション管理運営会社
株式会社デルタスタジオ TEL:059-355-1320

9月中旬～10月中旬の開催スケジュール

【開催日時】
9月22日(火)　9月29日(火)
9月26日(土)　10月　6日(火)
9月27日(日)　10月13日(火)
13:00 ～ 16:00 (毎回)

【開催場所】
ララスクエア四日市 4階
わくわく・ふれあい広場