

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

2022

2

vol.122



LINE

みえこども新聞編集部より  
お得な情報をお届け!

いますくお友達登録♪



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



一日限りの特別な時間

# TIME TO CAFE

来場自由のマルシェ開催

3.11(日) | 11:00 - 16:00 | 津市高茶屋  
ハウスクラフト・ギャラリー

こだわりをもった作り手と、地域の方の出会いの場。スイーツ、雑貨・アート作品を生み出すさまざまな想いを持った「つくる」お店が4店舗出店します。居心地の良い自分のお家のように、穏やかな時間の流れを楽しみに来ませんか？

## LINE UP



やまなみベーグル



mofuuf



伊勢木綿エコラップ



LIFE STYLE SHOP

 3棟のモデルハウス見学や家づくりのご相談も受付中です！



当日はハウスクラフトスタッフもギャラリーで皆様をお迎えいたします。モデルハウスの見学や家づくりのご相談、些細なご質問にもお答えいたしますので、家づくりをご検討の方にもぜひご参加いただきたいイベントです！マルシェを堪能しながら、モデルハウスの雰囲気もゆっくりとお楽しみください。

詳しくはこちら



HOUSE CRAFT  
ハウスクラフト株式会社

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

- 菟野スタジオ 〒510-1233 三重県三重郡菟野町菟野 1503-1
- 鈴鹿スタジオ 〒510-0254 三重県鈴鹿市寺家六丁目 11-27

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



※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
- 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 marche 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 ココロん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いますか? 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「雪だるま作り」です。  
頑張って作った雪だるま、溶けてしまう前に沢山写真を撮っておきましょう。  
ハイチーズ!

Illustration by はしっこ

「みえこども新聞」公式LINEアカウント好評配信中!  
読者のみなさまにとって、便利・思わずワクワクする情報を発信して参ります。ぜひご登録をお願い致します!



- みえこども新聞発行のお知らせ
- 工作イベント&抽選会の開催お知らせ
- カルチャー教室の空き情報お知らせ 他

みえこども新聞本誌と連動のお楽しみ企画も計画中!



ご登録はこちら!

ID @117yvuj



みえこども新聞 編集部

LINE 配信中!

# おでかけガイド



- ①開催日時 ②内容 ③開催場所
- ④問合せ ⑤備考

## ■四日市・孤野エリア

### 【イベント】

- ◆としよしまつり・ふゆ  
①2月26日(土) 10:30～
- ②にこにこコミュニティックボックスのみなさんを講師に迎え、本とふれあう楽しい時間。パネルシアター、工作などどんなことをするのは当日のお楽しみに。
- ③桶交流会館 2階・大集会室
- ④059・397・2277
- ⑤参加無料。申込不要。

## ◆きんぎょのスターウォッチング

### 【星・星団を見よう】

- ①2月26日(土) 18:30～20:00
- ②すばとオリオン大星雲を観察します。
- ③四日市市・市民公園(四日市市立博物館前)
- ④059・355・2700
- ⑤参加無料。申込不要。天候不良時は中止。参加者が多い場合は受付を制限する場合があります。

## ◆未就園児親子教室無料体験

- ①3月1日(火)、18日(金) 10:15～11:15
- ②モンテッソーリ教具で遊ぶ時間や英語に触れる時間、絵本の読み聞かせなど親子で楽しめる時間です。
- ③孤野町農村センター
- ④お問い合わせはInstagramで【naairo.7716】を検索し、ダイレクトメッセージをお送りください。
- ⑤要申込(QRコード先問い合わせフォームより受付)。定員/各日10組。



## ◆ハンドマッサージでリラクゼーション 2月後半

- ①3月4日(金) 9:30～12:00
- ③孤野町・けやき2階 子育て支援センター
- ④059・391・2214
- ⑤要申込(④まで。2月22日(火)より開始)。対象/就学前の子どもを持つ保護者(以前に体験された方はご遠慮ください)。定員/5名(先着順)。

## 【読み聞かせ】

### ◆よみかきせ ぐわい

- ①2月24日(木) 10:30～
- ②「しらゆきひめ」または職員による読み聞かせ。
- ③桶交流会館図書室 1階・えほんのへや

- ④059・397・2277
- ⑤参加無料。申込不要。対象/0歳から。

## ◆絵本の読み聞かせ

- ①2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あざけプラザ図書館
- ④059・363・0102
- ⑤参加無料。申込不要。

## ◆おはなし会

- ①2月26日(土) 14:30～
- ②語りの会(こいしよ)によるストーリーテリング(語り)。日本や世界のいろいろな昔話を語ります。
- ③四日市市立図書館 1階・児童室
- ④059・352・5108
- ⑤参加無料。申込不要。

## ■川越・朝日エリア

### 【イベント】

#### ◆お楽しみ会

- ①3月16日(水) 午前の部11:00～11:50 午後の部14:00～14:50
- ②児童館・川越町子育て支援センター 合同イベント。
- ③川越町つばめ児童館
- ④059・361・5636

- ⑤対象/午前の部は主に未就園児とその保護者、午後の部は主に未就学児とその保護者。定員/各回15組程度。

## ■鈴鹿エリア

### 【イベント】

- ◆すくすくファミリー教室(むし歯予防コース)(幼児)
- ①3月17日(木) 10:00～11:30
- ②むし歯予防の話、ふれあい遊び。
- ③鈴鹿市・保健センター
- ④059・382・2252
- ⑤要申込(④まで。2月21日(月)より受付開始。対象/1歳半～2歳未満の幼児とその保護者。定員/16組(先着順)。

## ■桑名エリア

### 【イベント】

- ◆リサイクルの森体験プログラム
- ①2月26日(土) 10:00～13:00
- ②ペットボトルキャップで帽子アークサリ。約90分間のプログラムです。小さいお子様向けにぬりえを準備しています。
- ③桑名広域清掃事業組合リサイクルの森
- ④0594・87・5133
- ⑤要申込(④まで。土日を除く9:00～16:00受付。2月25日(金)締切。対象/桑名市、木曾岬町、東員町在住の人。定員/各回25名程度(先着順。小学生以下は保護者同伴)。



## テイクアウトも多数ご用意しています!

東京おぎぼラーメンふじやが四日市を中心に5店舗展開!各店限定メニューをご用意しています。是非ホームページをご覧ください。ご来店/お電話お待ちしております!



東京おぎぼ  
ラーメン

株式会社エビスフード (東京おぎぼラーメンふじや)

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いただきます!(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

■いなべ・東員エリア  
【イベント】

◆あげきのおひなさん

- ① 2月19日(土)～3月6日(日)
- ② 昭和の風情が残る阿下喜のまちなか約100軒でおひなさまが展示されます。段飾りや吊るしびな、手作りの作品などが飾られ、華やかな雰囲気にもまれた阿下喜のまちなかを散策しながらお楽しみください。
- ③ いなべ市北勢町阿下喜地内
- ④ 0594・86・7833 (いなべ市農林商工部 商工観光課)
- ⑤ 今年はウッドヘッド阿下喜での展示はありません。

◆「リコーダーグループ奏」による  
リコーダー演奏会

- ① 3月9日(水) 10:15～
- ② 子どもたちが知っている人気曲をリコーダーで演奏してくれます。
- ③ 東員町子育て支援センター(ふれあいセンター2階)
- ④ 0594・86・2876
- ⑤ 詳しくは④まで。



新型コロナウイルス流行に伴い、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。

チャレンジショップ **wiz:ニュース**

女性の起業(チャレンジ)を応援する期間限定ショップ「チャレンジショップ四日市 wiz」では現在素敵なショップがオープンしています。ぜひお立ち寄りください。

2022年 2月・3月の出店案内



『559 Gimhap(キンパ) 身体にやさしいキンパ』

厳選した素材の美味しさと栄養がギュッとつまったプレミアムキンパ

■ 2月出店日 毎週水曜日～日曜日営業

■ 3月出店日 毎週水曜日～日曜日営業

11:00～15:00(売り切れ次第)

期間中  
「こども新聞見たよ!」  
とお伝えいただくと

- 店内ランチ→食後ドリンク付き
- 持ち帰り→50円引き



559GIMHAP

チャレンジショップへ出店をしてみたい! という方を大募集中です。詳しくは **wizのInstagram @mie\_wiz** をご覧ください!

Casa株式会社1階

女性起業家支援スペース

チャレンジショップ四日市 wiz: in Casa

四日市市日永西1丁目15番8

Casa mueble(カーサ ムェブレ) ※駐車場有。

<https://casa-corp.com/mueble>



お問い合わせ

運営事務局 / 三重県の女性起業家・企業家ビジネスプラットフォーム [wiz:]  
〒510-0821 三重県四日市市久保田2丁目10-13杉普ビル1F 電話059-336-4002  
Email [info@mie-wiz.jp](mailto:info@mie-wiz.jp) <https://suits.media/wiz/topics/114>

チャレンジショップ四日市  
でもご検索ください

# 春休みスペシャルイベント

レクリエーション大会 / meets! テーマ：動画 in総合会館

四日市内で主に学校に行きづらい子の居場所づくりを行っている「居場所計画」とトゥモローズが、お笑いコンビ「オレンジ」の田中哲也さんをお迎えしてイベントを開催します。レクリエーション大会や、動画について学べるmeets！で春休みの思い出作りをしませんか？



●3月27日(日) 11:00~12:30(受付/10:45~)

レクリエーション大会 ..... 11:00 ~ 11:45

密にならないレクリエーション大会!優勝者には賞品も!

meets! (テーマ: 動画) ... 11:45 ~ 12:30

講師: お笑いコンビ「オレンジ」田中哲也さん

動画ってどういう風に作るの?企画ってどうすればいいの?

...YouTuberとしても活躍しているお笑いコンビ

「オレンジ」の田中哲也さんから、動画に関するお話を聞こう!

ゲスト お笑いコンビ「オレンジ」  
田中哲也さん

田中哲也さんプロフィール

四日市市出身  
いじめ絶滅運動や四日市商業高校、  
四日市農芸高校、四日市大学との  
コラボでも話題。  
現在は三重県住みます芸人としても活躍中!

meets!ってなに?

すきなこと、したいこと、  
しりたいことで集まり、  
つながる場です。

場所 四日市市総合会館 7階・第1研修室(四日市市諏訪町2-2)

定員 15名(先着順)

対象 中学生及び専門生、大学生(小学生以下のお子様の参加はご相談ください)

主催 一般社団法人子育て支援ネットワーク・トゥモローズ  
(令和3年度 四日市子どもと若者の居場所づくり事業)

申込はお問い合わせ  
フォームからお願いします。▶



居場所HPは  
コチラから!▶



レクリエーション大会、meets!いずれかの参加もOKです。お申し込み時にお知らせください。

おでかけするときは  
みんなで気をつけよう!

## 手洗い

- ✓ 流水でよく手をぬらしたあと、石けんを十分に泡立てる
- ✓ 爪や指の間、親指、手首の洗い忘れに注意
- ✓ 石けんで洗い終わったらしっかりと水で流し、清潔なタオルなどでよくふきとる
- ✓ 手指消毒剤を併用するとより効果的



## 咳エチケット

咳やくしゃみが出そうなときに

- × 手でおさえる、そのまま咳などをする
- マスクをする、ハンカチでおさえる
- 人から離れる、服の袖でおおう



- 換気が悪い(密閉)・大勢の人がいる(密集)・近い距離で話す(密接)場所(3密)を避けよう
- 十分な睡眠・バランスの良い食事、適度な運動を心がけよう

★こどもの家

四日市市諏訪栄町22-25  
TEL 059-351-3933



★北部児童館

四日市市富州原町31-50  
TEL 059-364-5444



四日市市にある児童館に遊びに行ってみよう！  
詳しくは各館HPを！ご覧ください。

児童館を知っていますか？



★塩浜児童館

四日市市大字塩浜887-1  
TEL 059-346-7332



★子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



四日市市  
子ども子育て  
交流プラザ

みなさん、こんにちは。まだ寒い日もありますが、時折吹く風や鳥の声に春の訪れを感じようになりまし

た。楽しみな春休みや新学期にむけて、これからも体調管理と感染予防に気をつけて過ごしましょう。

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。引き続きご理解、ご協力をお願いします。

「プラザのよしさ」

プラザの1月は「かぎぞめ」や「凧づくり」など季節ならではの遊びを楽しみました。かぎぞめでは毎年恒例のみんなで書く巨大かぎぞめが完成しました。今年は寅年にちなんで、真ん中の大きな字は「トライ」です。皆さんも、初めてのこ



とや苦手なことにどんどん「トライ」してみてくださいね。



凧づくりでは、好きなキャラクターの絵や、オリジナルデザインの凧が出来上がりました。さっそく完成した凧を広場で飛ばして遊びました。

「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。

◆〇〇広場

●2月28日(月) 10:15～11:00  
みんなでのしくおしゃべりしましょう。

●対象/アラフォーママ

●定員/当日先着12組

◆よかババひろば

●3月6日(日)・20日(日)  
10:00～11:15  
みんなで一緒に楽しくあそぼう。

●対象/どなたでも

●定員/当日先着10組

◆てづくり広場

●3月12日(土) 10:00～11:00  
今回はお子さんのアルバムと表紙を作ります。保護者同士交流し



●対象/小学生  
●定員/当日先着12名

●3月30日(水) 13:00～14:00  
選挙で1位になった競技をするよ。プラザに投票に来てね。

●投票期間/3月14日(月)～25日(金)

●対象/どなたでも

●3月15日(火)～30日(水)

●3年後の自分や大切な人に手紙をかこう。

●対象/どなたでも

●定員/当日先着10組

●えほんのひろば  
●3月13日(日) 10:30～11:00  
おはなしとわらべうたであそびましょう。

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



四日市市子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



季節のキャラ弁

「おひなさま」

ハムを半分に折りフルクル巻きピックや爪楊枝でとめ、お花にします。  
 ◎ミニトマトを胡瓜で葉っぱの部分を作りませ。

▼用意するもの  
 ご飯、胡瓜、カニカマ、薄焼き卵、海苔、レタス、ハム、ミニトマト、人参、スライースチーズ、おかず、エビとプロッコリーのガーリック炒め、ミートボール(とうもろこし)

▼作り方と詰め方(写真参照)

①おだりりさま、おひなさまの着物の準備をします。  
 ②おだりりさまは薄焼き卵と胡瓜で、おひなさまは薄焼き卵とカニカマを重ねます。おにぎり用の長い海苔を、衿が見えるように、ぐるぐるっと巻きませます。

③お弁当箱に入れる位置を決めてレタスを敷きます。その上に、②をはみ出した海苔を折り込んで詰めしていきます。  
 ※はみ出した海苔をカットして、顔パーツに使うのも良いですね。  
 ④顔パーツはカニカマ、海苔、薄焼き卵で作っていきます。冠のピックをさします。  
 ⑤おだりりさま、おひなさまの間の隙間をうめていきます。



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

親子イベントPICKUP!!

会場

トナリエ四日市 4階 わくわく・ふれあい広場



※掲載イラストはイメージです

3月5日(土) 11:00~15:00

ホワイトデー工作イベント



紙コップを素敵なデコレーションボックスにしちゃおう♪参加してくれたお子様にはお菓子のプレゼントがあります。小学生以下のお子様参加無料。先着60名様。

3月13日(日) ①11:30~ / ②13:30~

お楽しみビンゴ大会

※詳しい参加ルールは会場受付の案内をご確認ください。

当日トナリエ四日市館内で行なわれたレシート250円(税込・割引後価格・合算可)、または当日発行シネマチケットのご提示につきビンゴカードをお1人様一枚配布いたします。各回定員先着50名。各回開始20分前より、50名様をカウントいたします。

3月26日(土) 11:00~15:00

おてつだいシート抽選会

今月はどんなお手伝いを頑張ったかな?お手伝いシートに丸が5個集まった子は、抽選会に参加して頂けます。



3月27日(日) 11:00~15:00

入園・入学おめでとうイベント



新生活をお祝いするキラキラコサージュをつくろう♪参加してくれたお子様にはお菓子のプレゼントがあります。小学生以下のお子様参加無料。先着60名様。



トナリエ四日市  
 四日市市安島1-3-31 TEL.059-355-6121

<https://tonarie.jp/yokkaichi/>



感染症拡大防止措置として、イベント内容の一部変更・中止とさせていただく場合があります。最新情報はトナリエ四日市HPをご確認ください。またイベント参加時はマスクをご着用ください。皆様のご理解、ご協力をお願いいたします。

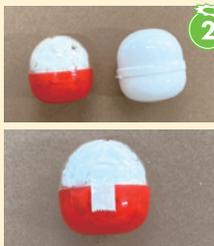


チャレンジ!



写真を参考にしている人形たちを作ってみよう!  
ひな壇は空き箱や紙バックを積んで作れるよ。

透明または白いガチャ玉を用意。  
明なガチャ玉にはアッシュを詰め、  
ガチャ玉に両面テープを貼る。



2

折り紙を半分に切り、テープでつなげる。5mm程度ずらすように半分に切る。



2

きる



1

1



4

おる



3

つなく

両面テープが真ん中に来るように折り紙を貼り、右前になるように巻く。下に余った折り紙を中に折り込む。



3

おる



3



3

おる



3

シールやマジックで顔と飾りを作ってください!



4

用意するもの

ガチャ玉、折り紙、両面テープ、セロハンテープ、マジック、シール



◆監修：四日市市こども育て交流プラザ 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すよ。  
完成品や、工夫やひらめきがあったらこども育て交流プラザに見せに来てね。



今月のおすすめBOOK



よくみると...

shimizu 作・絵  
A4 学研プラス  
1,430円

SNSで話題になった、イラストレーターshimizuさんの絵本。美味しそうなショートケーキ?よく見ると実は...白猫。カラフルな唐辛子?...じゃなく、ハブ対マンガース。ページをめくるとにユーモアと楽しさに溢れています。新感覚絵本に幼児から大人までワクワクしながら楽しめますよ。巻末にはオマケのお楽しみヒントがあります。さあ、もう一度楽しんでくださいね。



おねぼうさんはだあれ

片山令子 文  
あずみ虫 絵  
B4 学研プラス  
1,540円

「おきて おきて もうはるよ!」冬眠をしないうさぎのミミナちゃんが、森で摘んだいい匂いの花をカゴに入れて気持ちよさそうに眠っているお友達を起こしに回ります。でも、早く一緒に遊びたいのに誰も起きてくれません。外はいいお天気で暖かくて、ミミナちゃんも眠くなってウトウト...。あずみ虫さんのアルミ板の切り絵で描かれた春の訪れのあたたかさやユーモラスが心地いい絵本です。

ご協力 宮脇書店 四日市本店/三重県四日市市安島1-3-31トナリエ四日市4F  
営業時間:10:00~21:00 ☎:059-359-5910

おうちのおてつだいをして、  
抽選会に参加しよう!

よっかいちステーションやデルタスタジオで配布している「おてつだいシート」をゲットして、おうちのおてつだいをがんばってね。

まるを5個以上つけたら抽選会に参加できるよ!



おてつだいシート配布について

- 日時 ●毎週火曜日 13:00~16:00  
●第4土曜日 11:00~16:00  
●第4日曜日 13:00~16:00

場所 トナリエ四日市 4階わくわく・ふれあい広場 (よっかいちステーション内)

対象 小学生以下のお子様無料で配布しています

子育て  
チャンネル

# おおきく な〜れ

三重県北勢地域の子育て情報番組  
「子育てチャンネルおおきくな〜れ」  
CTY と ケーブルネット鈴鹿 (CNS) 12ch で  
(毎月 16 日〜末日) 放送中!

放送  
エリア 四日市市・鈴鹿市・いなべ市  
桑名市(長島町)・菟野町・木曽岬町

CTY・CNSコネクトの  
アプリでも配信しています!  
※放送は急きょ変更になる場合  
もあります。

アプリダウンロードはこちらから▶



CTYコネクト CNSコネクト

## 放送時間

子育てをもっと楽しく!  
家族みんなで楽しめる  
ハッピーな情報をお届けします。

### 【16日〜末日放送】

- 月 10:45〜/16:45〜/23:00〜
- 火 11:30〜/16:45〜/18:45〜
- 水 10:45〜/16:45〜/21:30〜
- 木 11:30〜/16:45〜/22:00〜
- 金 10:45〜/16:45〜/22:45〜
- 土 11:30〜/16:45〜/23:15〜
- 日 10:45〜/16:45〜/22:45〜

## ★メッセージ★

こんにちは。「子育てチャンネルおおきくな〜れ」リポーターの中西麻起です。私も2児の子育て真っ最中。毎日毎日悪戦苦闘しています。でも、そんな中でも、なにもにも代え難い幸せの瞬間がありますよね。子どもが成長するうちに、親であるパパママも成長させてもらっていると日々感じます。この番組では、子育てに関する悩みや情報などを皆さんで共有し、発信していく番組です。子どもだけでなく、パパもママもみんないっしょに大きく成長していこうというテーマで、さまざまな話題をお届けしていますので、是非ご覧下さいね。



「子育てチャンネルおおきくな〜れ」  
リポーター・中西麻起

# 3月

## 生まれのお友だち大募集!



毎月番組内でお誕生日のお友だちをご紹介します。  
お写真やメッセージの投稿をお待ちしています!

**応募締切 2022年2月28日(月)23:59**

詳しくは、番組 HP でご確認ください!  
応募条件・応募規約を必ず確認の上、  
ご応募をお願いいたします。

CTY おおきくな〜れ

<https://ookikuna-re.com/>





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、講師の交代、教室を休講させていただく場合があります。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や、各種情報に關しましては、下のQRコードからデルタスタジオHPをご覧ください。

## 安心・安全な カルチャー教室 運営のために

DELTA STUDIO

**デルタスタジオ  
カルチャー教室  
のご案内**

うごく つくる  
まなぶ ふれあう

**講師**  
エンジイライフサポーター  
ゆみこ 先生

**協賛**  
HOUSE CRAFT

- 3月2日(水) 10:30 ~ 11:15
- 定員/親子8組
- 参加費/5000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)。抱っこごみでの参加もOK。
- ※タオル、お茶や水などの水分をお持ちの上、埋定になれる動きやすい服装でお越しください。

### 子育てママの バレエト水教室



**講師**  
浦野 めぐみ 先生  
伊藤 しょうこ 先生

**協賛**  
水谷工建

- 3月8日(火)・15日(火)
- 1部 11:10 ~ 12:00
- 2部 11:30 ~ 12:10
- ※8日(火)・15日(火)日本語・英語
- 15日(火)・17日(木)日本語・英語
- 対象/2~3歳のお子様
- 定員/毎回親子10組
- 参加費/5000円

### 親子リトミック教室

**講師**  
看護師/ヨガインストラクター  
斎木 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 株式会社

- 3月14日(月) 10:30 ~ 11:30
- 定員/親子10組
- 参加費/5000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)

### 親子も楽しめる ヨガ教室



**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**  
HOUSE CRAFT

- 3月3日(木)・23日(水)
- 1部 11:30 ~ 12:15
- 2部 11:10 ~ 11:55
- ※対象/1部:1歳以上のお子様やその年齢のご兄弟がいる保護者、ママお1人
- 2部:12カ月以下のお子様と保護者
- 定員/毎回親子5組
- 参加費/5000円
- ※保護者様お1人でのご参加もOK。

### 心も弾む 親子バランスボール教室

**講師**  
petapeta art\*  
アドバイザー  
小野寺 よしえ 先生

**協賛**  
Casa 株式会社

- 3月17日(木)
- 1部 10:30 ~ 11:15
- 2部 11:30 ~ 12:15
- 対象/未就学のお子様と保護者
- 定員/毎回親子10組
- 参加費/5000円
- ※各都の内容は同じです。

### 手形アートであそぼう！

**講師**  
子どもアート工房代表  
STUDIO EDGE  
小林 渚 先生

**協賛**  
HOUSE CRAFT

- 3月16日(水) 10:30 ~ 11:30
- 対象/2歳~3歳のお子様
- 定員/親子10組
- 参加費/5000円
- ※これでもいい服装でご参加ください。

### こどもお絵かき教室

**講師**  
保険クリニック四日市店  
北山 真弓 先生

- 3月9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)

### わかる！使える！ 家計診断セミナー

**講師**  
出張専門母乳育児相談  
※ママ1人※ 助産師  
奥友美 先生

**協賛**  
トヨタホーム三重株式会社

- 3月11日(金) 10:30 ~ 11:30
- 対象/0~15ヶ月くらいの赤ちゃんとママ、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10組
- 参加費/無料

### 助産師さんと話そう！



**講師**  
一般財団法人  
日本財団発祥推進協会認定  
ベビーマッサージ  
インストラクター  
中山 円 先生

**協賛**  
SEKISUI HOUSE  
積水ハウス四日市支店

- 3月10日(木)
- 1部 10:30 ~ 11:15
- 2部 12:00 ~ 13:15
- 対象/2カ月~はいはいまでの赤ちゃん
- 定員/毎回親子10組
- 参加費/5000円
- ※託児はありません。
- ※バスタオルをご持参ください。

### ベビーマッサージ教室

**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：トナリエ四日市・4階 デルタスタジオ

● 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。

4月分の予約開始

3月1日(火) 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)  
https://delta-studio.jp/  
※右のQRコードよりアクセス可能です



War a m a r c h e よりお知らせ

様々なジャンルのハンドメイド作品がずらりと並ぶお店です。オリジナルを見つけに来てください。

※委託作家様随時募集中！お気軽にお問い合わせください。

イベント情報

●毎月開催！

War a m a r c h e

ハンドメイド作品の販売、ワークショップ、占い、パン、羊かんび販売など。詳しくは Instagram をチェック！

★2月23日(水)祝 / 2月26日(土) / 3月11日(金) / 3月12日(土) / 3月21日(月)祝 10:00~16:00  
場所/鈴鹿ハンター1階サブコート

●1day shop

その日限りの特別出店企画も随時開催しています。

●毎週日曜開催！

War a h i r o ば教室

様々なワークショップが体験できます！こども講師の出店を募集しています！

場所/鈴鹿ハンター1階カルチャースクール  
時間/10:00~15:00

SNSでイベント情報配信中！フォローお待ちしています♪



※掲載のイベントはコロナウイルス感染症の発生状況により中止となる場合があります。

Wara marche

鈴鹿市算所2丁目5-1 鈴鹿ハンター1階 (ハチ口横)

営業時間 平日10:00~18:00、  
土日 9:00~18:00

定休日 無休(臨時休業有)

TEL. 080-4304-4016

Wara marche

Wara marche

スポンサー

株式会社ケイテック



LINE 友達募集中♪



<LINE>



<インスタ>

イベント情報やお得なクーポンなどを配信しています！ポイントカードもできました！ぜひお友だち登録してくださいね。



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



入学・入園おめでとう！  
春の特別キャンペーン

- 写真枚数 / 2枚 (2ポーズ)
- 写真サイズ / 6つ切り

特別価格 **14,850円** 税込

※通常 18,150円 (税込)  
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！



SATOH STUDIO

059-332-1646

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



ふれあいの居場所

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 9:00~18:00

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

開所日時 特定の日曜日 9:00~16:30



節分の恵方巻を家で作りました。恵方巻作り講座に行ったことのある子ども達は、自分の好きな具材を真剣に巻いて美味しそうにかぶりつき、私もニッコリ出来ました。パパ仲間のお家では、パパが残業の日で、ママがどうやって作るか。どんなものが入っているか。解るように工夫すると、食わず嫌いの子どもが食べてくれ、パパも帰ってから話を聞き嬉しかったそうです。親子の笑顔につながった恵方巻作り、素敵ですね。



令和3年度「父親の子育てマイスター」認定

半年間の講座を受講したパパ達が「父親の子育てマイスター」となりました。育児・家事に役立つ内容に触れ、その重要性や大変さ、家族（特にママ）の協力と笑顔の

大切さに気付いたパパが増えて嬉しいです。マイスターと一緒に親子遊びができる「よかパパひろば」が、ごども子育て交流プラザで開催されます。父兄同士で子育てやってみませんか？

「よかパパひろば」

- 日時/3月6日(日)、20日(日) 10:00~11:15
- 場所/四日市市ごども子育て交流プラザ(四日市市東新町26-32橋北交流会館4階)
- 問合せ先/四日市市ごども子育て交流プラザ(059-330-5020)



テーマ:おひさまおはよう

寒い日が続きますが、毎朝少しづつ明るくなる時間が早くなって、春の訪れの近さを感じます。でも、「もうすぐ1年生だけど、毎朝ちゃんと起きられるかしら」「育児明けで職場復帰するけれど、遅刻する訳にはいかないし」と、心配されるお母さんの声が聞こえます。1月の親と子のせいかわ教室では、早寝早起きをして朝のおひさまの光を浴びると丈夫な身体になって、毎日元気に過ごすことができます。「起きる時間を決めて、決めた時間に起きましょ」と、子どもたちに呼びかけました。

人間の体には本来、体内時計が備わっているの、目覚めてから14時間位すると自然に眠くなっていくことが分かっています。けれども夜型の生活やテレビやスマホの光の影響で、子どもたちの健康な眠りが妨げられています。毎朝、決まった時間に自然の太陽の光を採り入れて、体内時計のリズムをリセットしましょう。まずは1週間、決めた時間に起きて、朝日の入る窓から「おひさまおはよう」とあいさつしてみませんか？



乳幼児の親の集まり「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)

Mail yokkaichitomonokai 1939@gmail.com

https://481tomonokai.jimdo.com/

四日市友の会

朝ごはんには「アミノ酸」をたっぷり



材料  
小松菜……………1株  
ミニトマト……………1個  
卵(M/Sサイズ)1個  
シレッドチーズ適宜

耐熱容器に洗ってよく切りにした小松菜を敷き、卵を割り入れる。塩・こしょうをふり、周りにチーズを散らす。ラップをして電子レンジで1分、余熱1分。ミニトマトを添える。小松菜の代わりに、時間のあるときにほうれん草をゆでておいて使ってもよいですね。

四日市友の会の子育て支援

「親と子のせいかわ教室」

※2022年度参加者募集中!

●2月26日(土)9:30~オンライン開催

●3月26日(土)9:30~11:30

(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

●持ち物/水筒・上靴・手拭きタオルなど

●参加費/親子ペア1,000円(各回)※保険料を含む

※美習時は別途材料費発生

「よかひろば」

●3月11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/子どもにつき50円(託児保険料)

\*詳しくはお問い合わせください。

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。



一般社団法人子育て支援ネットワーク・トゥモロース

☎059-355-1320

居場所HPはこちらから!

※横デラタスタジオにつながります。





はいはい、みなさんこんにちは。さてみなさんは「素直さ」を持つことができるかな？

スムーズな人間関係ができる人の特徴は、相手に素直で率直な言葉と、含みとイヤミのない表現をしること。

明るく楽しく可愛げのある表現で、したいことをしたいと言いつつ、欲しいことをして欲しいと言いつつ、すねたりひねくれたり意地を張ったりせずに、したくないことをしたくないと言いつつ、して欲しいことをして欲しいと言いつつ。

子どもは合理的。例えば2人で作



業をしていて、子どもは疲れたときに「疲れたから休みたい」というのが、大人は「あとどれくらい?」と遠回しに自分が疲れたことを悟ってもらおうとする人もいる。子どもは嫌な時「嫌だ」と言いながら嫌な顔をするが、大人は「いいよ」と言いながら嫌な顔をして、気持ちをつかってもらおうとする。

子どもが何か失敗して、大人に「どうしてそんなことをするの?」と聞かれたら、「どうして?」の言葉をそのまま、キャッチして、「だって○○だから」と理由を言う。すると大人は、素直に答えた子どもに「言い訳をするな!」反省してない!と怒る。

大人は「ごうせ、無理でしょ」といえば子どもが奮起すると思つて言つても、言われた子どもは「そうか、自分は無理なんだ」と思い込む。「もう知らない! 勝手にしなさい!」と大人に言われた子どもは親を頼れないと思ひ、自分でなんとかやる?、好きなように自分でしようとする行動をする。すると、「なんてぶてがて!」とさらに逆上される。

「まだやっつけない?」「○○して欲しいな?お願ひ、」言つても無駄だもんね」「○○しないでほしいな?」「あるいは「今、○○だからしないで欲しいの。ごめんね。」と心にある思いをそのまま言葉にして言つと伝わりやすいぞ。いやみ、皮肉、遠回しな表現は、相手に対し、私の心を理解しなさい。私に気を使いなさい。私の顔を覗きなさい」と要求してゐることに



なる。

行動の正解がわからない子どもは混乱し、行動の基準が、自分の考えや価値観ではなく、他人からの評価となり、人によって態度を変えるようになっていき、将来的に「自己」を獲得できなくなつてしまつて

操作的に育てられた子どもは、人を操作することを学び、操作的な人間になる、あるいは、今と同じパターンを大人になつても繰り返して、操作的な人間に操られる人間になるかのどちらかになりやすい。

目と口から飛び出す、いや々な表情と声は、子どもとの関係と、子どもの未来、を台無しにする妖怪じやと思つてゴフリと呑み込み、代わりに、サツと天使のお面をつけたつもりで天使口調になりきろつ。

心が天使でなくてもせうんぜん、かまわん。問題が悪化するよりまし。未来に大変な思いをするよりもまし。

そつじやなあ、数週間、天使を演じ切つてみると変化の手ごたえが必ずあるぞよ。

株式会社オフィス優

四日市市鶴の森1丁目2-19マルキビル2階  
TEL.059-355-0539  
mail@officeyu.info  
https://officeyu.info



オフィス優HP→



ラインでのお問い合わせも承ります



2021年に「イライラ・ガミガミしないママになれる本」を出版させていただきました。出版社の方から「コロナ禍の影響で子育て中の方のストレスが増えている。カウンセラーの視点から子育ての本を書けませんか」とお声をかけていただき、およそ半年以上かけて完成させました。子育てマニュアルのように、たまたに目次を開いて気になったところを読んで使っていだけたらと思います。子育てに奮闘する方々のお力になれると幸いです。



Amazon

ご興味のある方はこちらからご注文いただけます。

「みえこども新聞」、子育て応援広告募集中。

市内公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  
トナリエ四日市 4階  
TEL. 059-355-1320 Mail, kodomo@delta-studio.jp



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。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/



勉強方法を工夫してみましよう  
 様々な制限が続く中、自宅学習  
 の重要性が増しています。  
 「オンライン授業だけでは不安  
 という保護者の方も多いと思ひ  
 ます。  
 しかし、やみくもに勉強時間を



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

増やすだけでは、お子さんにとつて負荷がかかるばかりです。勉強方法の工夫を考えてみましよう。  
 まず、科目ごとの工夫です。それぞれのお子さんに「得手不得手」があるので、すべての勉強方法を同じにしても、身に付かない場合があります。  
 得意な科目なら、お子さんも飽きることなくできます。しかし苦手な勉強は、なかなか集中できません。  
 解決する方法としては、科目ごとの実力を把握し、苦手なものに関しては、できない地点にさかのぼって勉強し直す、というのがあります。その場合、学期や学年をさかのぼっていくのも

よいでしょう。  
 つまずいた箇所を見つけて解決する事で、その後の理解力が格段に上がります。  
 決して、時間の無駄にはなりません。  
 実践以外では、お子さんのメンタル面についての工夫です。ストレスが溜まっていると、成績はダウンする傾向があるそうです。  
 お子さんオリジナルの時間割を作るなどし、息抜きをさせてあげましよう。自宅学習だからこそその工夫です。メリハリをつければ、効率も上がるでしょう。  
 ふとしたきっかけで、苦手だった勉強が楽しくなることがあります。お子さんの興味や目標を共有し、自宅学習を見つめ直してみましよう。



よくしてましよう。  
 つまずいた箇所を見つけて解決する事で、その後の理解力が格段に上がります。  
 決して、時間の無駄にはなりません。  
 実践以外では、お子さんのメンタル面についての工夫です。ストレスが溜まっていると、成績はダウンする傾向があるそうです。  
 お子さんオリジナルの時間割を作るなどし、息抜きをさせてあげましよう。自宅学習だからこそその工夫です。メリハリをつければ、効率も上がるでしょう。  
 ふとしたきっかけで、苦手だった勉強が楽しくなることがあります。お子さんの興味や目標を共有し、自宅学習を見つめ直してみましよう。



**家族のために、未来のために。**

生命保険に関する疑問や不安は「保険クリニック」四日市店で解決できます。



**保険クリニックの特長**

- 1 何度でも相談無料
- 2 ぴったりな保険が選べる
- 3 保険の知識がなくてもOK!
- 4 一生涯の安心サポート



全国255店舗展開中  
**保険クリニック 四日市店**  
 募集代理店(有)ベストマッチ  
 四日市市十七軒町4-18  
<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  
**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きますので、お電話にてご連絡下さい





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13回「ありがとうの一行詩コンクール」 受賞者が決定しました

子どもから家族や友達などへ、大人から子どもへ、思っているけれど中々お互いに伝えられない大切な人への「ありがとう」の気持ちをテーマにした第13回「ありがとうの一行詩コンクール」について、受賞作品が決定しました。

今年度は、家族や友達など周りの方々に「ありがとう」を伝える9,565作品の応募がありました。



### 「最優秀賞」受賞作品



#### 家族の絆/個人部門



##### 家族へ

不定期で行われる我が家の3だい大会  
(肉まん祭り、チキン戦争、プリン大会)  
今思うとなぞが多いけど、それがあから今でも温かい家庭があるんだと思う。ありがとう。大好きだよ。  
(中学2年生 鈴鹿市 お名前は希望により非公表とさせていただきます)



#### 家族の絆/ペア部門



##### ゆいへ

はじめてのがっこう。  
とてもドキドキしたけどゆいがいっしょにいてくれるのがうれしいよ。いつもありがとう。  
(小学1年生 玉城町 橋本 芽依)

##### めいへ

けんかもたくさんするけどまいにちたのしくいられるのは、めいのおかげだよ。これからもよろしくね。  
(小学1年生 玉城町 橋本 結依)



#### 地域の絆/個人部門



##### 地域の人へ

いつも笑顔がたえない島の人。  
帰った時、おかえりと言ってくれるあなたがいるから頑張れる。  
久しぶりに聞く賑やかな声、たわいもない会話。  
やっぱり私はそんな苅志島が好きだ。  
この島を守ってくれてありがとう。  
私の居場所を作ってくれてありがとう。  
(10代 鳥羽市 橋本 明奈)



#### 地域の絆/ペア部門



##### 服部亮太へ

ヒットを打った時に褒めてくれた。  
その一言で次もヒットを打てる気がしてきた、ありがとう。  
一緒に野球をしてくれてありがとう。  
これからも野球一緒にやろうね。  
(小学6年生 桑名市 一柳 颯真)

##### 一柳颯真へ

いつも一緒に野球をしてくれて本当にありがとう。  
ヒットを打った時に盛り上げてくれて、とても嬉しかった。  
これからも野球をやるぞ、やるぞ、やるぞ-----!  
(小学6年生 桑名市 服部 亮太)



#### コロナ禍でもがんばる人への感謝/応援/個人部門



##### 病院の清掃員さんへ

コロナの患者さんがいる病院をきれいにしてくれる清掃員さん。  
とても怖くても、他の清掃員さんがいなくなって一人になっても掃除してくれる清掃員さん。  
私はコロナにかかったことはないけれど、それでも言いたいです。  
ありがとうございます。  
清掃員さん。  
(中学3年生 津市 増岡 優)

※「最優秀賞」受賞作品以外の作品については、3月上旬に刊行する「第13回ありがとうの一行詩コンクール作品集」に掲載しています。

### 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・子育て支援」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会社  
株式会社デルタスタジオ TEL:059-355-1320



#### 2月中旬～3月中旬の開催スケジュール

【開催日時】	
2月22日(火)	3月1日(火)
2月26日(土)	3月8日(火)
2月27日(日)	3月15日(火)
13:00～16:00(毎回)	

#### 【開催場所】

トナリエ四日市 4階  
わくわく・ふれあい広場

