

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

3

vol.123



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



四日市市
大きな窓が開放的な
心地よい平屋

5/1(日)まで公開



2棟の住宅見学会を同時開催中！

OPEN HOUSE

予約制 水曜日を除く平日・土日祝

10:00-18:00

イベント詳細とご予約はこちらから▶▶



津市
大人アメリカンな
ガレージハウス

5/22(日)まで公開

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

ハウスクラフトをもっと知りたい！そんなあなたは…

- 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

☎ 0120-54-2005

tel.059-394-2005 fax.059-325-7500

www.house-craft.jp

ハウスクラフト

検索

INSTAGRAM



housecraft.jp



FACEBOOK



@housecraft.jp



TWITTER



@housecraft_jp



- 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 お弁当ぎゃらリー 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～

◆「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「菜の花畑」。遠くまで続く黄色い道。少しずつ春が近づいてきました。水筒を持ってお散歩に行きたいですね。

Illustration by はしっこ



みえこども新聞 編集部

LINE 配信中!

「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

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】

- ◆妊婦サロン 3月後半
①3月22日(火) 血圧・体重計測(希望者のみ) 9:30~10:00/ミニ講座・妊娠の心と体について 10:00~10:30/マタニティヨガ 10:30~11:00 各種相談 11:00~11:30
- ③孤野町・北部子育て支援センター 多目的ルーム
④059・396・0707
- ⑤対象/妊婦とその家族。持ち物/母子健康手帳。

◆すくすく広場 3月後半

- ①3月30日(水) 随時身体計測 9:30~11:00/お楽しみ会 11:00~11:20
- ②身体計測、手遊び、紙芝居など。
- ③孤野町・北部子育て支援センター
- ④059・396・0707
- ⑤対象/就園前の子どもとその保護者。

『読み聞かせ』

◆おはなしびじゅりBOOK

- ①3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 1階・児童室
- ④059・352・5108
- ⑤参加無料。申込不要。

◆よみきかせ ひよこ

- ①3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。

◆春のおはなしと読みきかせ

- ①3月25日(金) 15:00~
- ②四日市おはなしの会「赤とんぼ」による、日本や世界の「おはなし」の語り聞かせや、絵本の読み聞かせ。
- 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。

◆おはなし会

- ①3月26日(土) 14:30~
- ②語りの会「どういしょ」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。

◆はるやすみ・おはなし会

- ①3月31日(木) 10:30~
- ②「ももたろうの会」による読み聞かせなど。
- ③桶交流会館図書室 2階・大集会室
- ④059・397・2277
- ⑤参加無料。申込不要。対象/小学生以下(未就学児は保護者同伴)。

■川越・朝日エリア

【イベント】

- ◆つばめ児童館・北学童保育所合同イベント「みんなであそぼう!!」
①3月25日(金) 15:30~16:20
- ③川越町つばめ児童館
- ④059・361・5636
- ⑤要申込(4まで)。対象/年長児とその保護者・小学生。定員/先着20名程度(町内優先)。

■桑名エリア

【イベント】

◆第20回あーすはうすマルシェ

- ①4月2日(土)、3日(日) 10:00~16:00
- ②軒家を利用した完全室内マルシェです。キッズスペース、駐車場有り。ハンドメイド、アロマ、占い、ワークショップなど。
- ③桑名市・レンタルスペースあーすはうす(桑名市五反田587-1)
- ④お問合せは公式LINEへメッセージください。
- ⑤入場無料。車で来場の場合は「あーすはうす」で検索。出店者により参加料金が異なります。出店情報の詳細は

みえこども新聞 おでかけガイド

掲載情報募集中!

このページにイベント情報を載せませんか?

下記の条件に当てはまるイベントや企画について、掲載情報を募集しています! お気軽にお問い合わせください。

掲載無料

掲載条件

- ★三重県北勢地域で開催されるもの
- ★参加費が無料~安価なもの
- ★赤ちゃん~未就学児対象、もしくはママ・パパを対象としたもの
(すべての情報をご紹介できない場合もございます。ご了承ください。)

お問い合わせ



株式会社デルタスタジオ 担当: 田口・泉地
メール: kodomo@delta-studio.jp 電話: 059-355-1320

テイクアウトも多数ご用意しています!

東京おぎんばラーメンズびすやは四日市を中心に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下さい。ご来店・お電話お待ちしております!

株式会社エビスフード (東京おぎんばラーメンズびすや)

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/



東京おぎんば
ラーメン

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





〈公式LINE〉



〈Instagram〉

■いなべ・東員エリア

◆イベント

◆土曜開放日

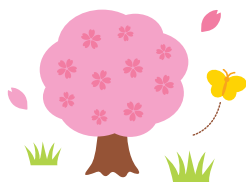
①4月2日(土) 8:30~11:30

②毎月第1土曜日に広場を開放。

おじいちゃん・おばあちゃん、平日利用が難しいパパもこの機会に遊びに来てください。

③東員町子育て支援センター(ふれあいセンター2階)

④0594・86・2876



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。

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

4月9日(土)

11:00~15:00



春の交通安全啓発イベント

暗くなくても持てれば安心!キラキラ光る、蛍光反射テープの貼られたステッキを作ろう♪小学生以下のお子様参加無料。先着60名様。



4月10日(日)

①11:30~/②13:30~/



お楽しみビンゴ大会

当日トナリエ四日市館内で発行されたレシート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。

※詳しい参加ルールは会場受付の案内をご確認ください。

4月23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。



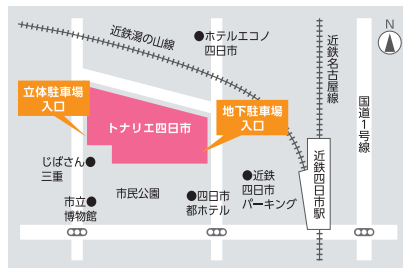
tonarie

トナリエ 四日市

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きます場合があります。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。



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
こちらから!▶



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



★塩浜児童館

四日市市大字塩浜887-1
TEL 059-346-7332



★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



**児童館を
知っていますか？**
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。



「プラザのようす」
まん延防止等重点措置の影響で、イ
ベントが中止になるなど、すっきり
しない日々が続きました。そんな中
少しでも子どもたちに楽しんでもら
えるよう、プラザに新しい遊具やおも
ちゃが続々と仲間入りしています。
小さいお友だちには、ウェーブ平均

四日市市 こども子育て 交流プラザ

みなさん、こ
んなにちは。
寒さの中にも
少しずつ暖か
さを感じられ
るようになって
きましたね。

広場で遊ぶ子どもたちの姿も多くな
ってききました。プラザに遊びに来
るときは、水分補給の飲み物を忘れ
ずにお持ちください。

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確認ご
ださい。引き続きご理解、ご協力をお
願いします。

台が人気で、落ちないようにバラ
ンを取りながら何回も何回も楽しん
でいます。小学生には、バランスサ
ーが大人気。ゆらゆら揺れる半球体
に乗って、片足上げに挑戦してみたり
フラフープをしてみたいと小学生の
体幹には驚かれます。新しい遊具
やおもちゃでぜひ遊んでみて下さい
ね！

「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。

◆プラザ音楽会

3月26日(土) 15:30～16:30

息の合ったアンサンブルと吹奏楽の
響きを楽しみましょう。

対象／どなたでも

定員／当日先着50名

出演／四日市市立橋北中学校音楽部

◆みんなの夢インタビュー

4月1日(金)～4月5日(火)

①13:00～14:00 ②15:00～17:00

将来の夢、新学期の目標などあなた
の夢をおしえてね。

収録した音声は、後日CTY・FM
で放送されます。

対象／4歳～中学生

協力／CTY・FM

◆よかパピるば

4月9日(土) 10:00～11:15

みんなと一緒に楽しくあそぼう。

※当日9:00より受付開始

対象／どなたでも

定員／当日先着10組

◆マイ畑を作ろう！

4月10日(日) 13:00～14:00

プラザの畑に自分だけのマイ畑を
作って野菜を育てよう。

対象／小学生

定員／当日先着10名

●持ち物／軍手、育てたい野菜や花
の種や苗(任意)

※雨天延期

◆赤ちゃん広場

4月12日(火) 9:30～11:00

※受付終了時間10:30

体重測定や助産師に発育相談ができ
ます。

対象／0歳～18か月 出産予定の人

定員／当日先着10組

●持ち物／母子手帳、バスタオル

◆手形カードをつくろう

4月17日(日) ①10:00～11:00

②15:30～16:30

家族で手の大きさを比べをしよう。お
子さんの成長記録にもなります。

対象／どなたでも

定員／各回当日先着15組(1家族
1枚)

◆プラザフォトスポット

4月17日(日) ①10:00～11:00

②15:30～16:30

家族や友だち同士で写真を撮ろう。

対象／どなたでも

定員／当日先着10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



季節のキャラ弁

「お昼寝猫さんサンド」

▼用意するもの

厚切り食パン、ハム、辛子マヨネーズ、チエースライスチーズ、カカマ、海苔、揚げパスタ、マヨネーズ、ゆで卵、ケチャップ、リンゴ、ミニトマト、魚肉ソーセージ、レタス、おかず（鶏の唐揚げ）

▼作り方と詰め方（写真参照）

①二種類のマスキングテープと揚げパスタで、お昼寝猫さんの耳を作ります。※時間がある時に用意しておくとうれしいです。

②ゆで卵で、おひさまを作ります。チエースライスチーズと星の抜き型を使って作っていきます。

③おひさまの顔は海苔で、ホッペはケチャップを使います。

④リンゴを、カッターで切ります。※好きな感じにカットして下さい。リンゴの芯も可愛いですよ。

⑤厚切り食パンを半分にカットし、中央に具を入られるように、切り込みを入れます。

⑥辛子マヨネーズを塗り、ハムを入れます。

※中に入れる具はお好きなものをどうぞ。今回はハムなので辛子マヨネーズにしましたが、マヨネーズやバターでも大丈夫です。

⑦お昼寝猫さんの顔、パーツを、海苔、チエースライスチーズ、カカマ、揚げパスタで作ったマヨネーズで接合します。おかず（鶏の唐揚げ）とスライスレモンを詰め、桜の形に抜いた魚肉ソーセージをのせます。

⑧空いてるところに、④のリンゴ、隙間にミニトマトを詰めます。

⑨お昼寝猫さんに、①で作った耳をつけて完成です。



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

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。

3月の営業案内

ゴクウ キンパ カフェ

『559 Gimhap cafe』

素材を大切に「身体思いのキンパ」
丁寧に一つずつ巻き上げた、栄養満点の
具たくさん本格キンパ



■3月出店日

毎週水曜日～日曜日営業

11:00～15:00（なくなり次第）

出店最終日:3/31（木）～14:00



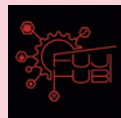
「こども新聞見たよ!」で特典

- 持ち帰り→50円引き
- 店内→ミニコーヒー

4月の営業案内

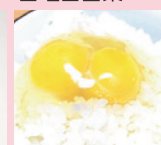
『Fujihub』

たまごかけご飯とカレー、気まぐれ
卵スイーツのお店。卵と醤油も
販売します!



■4月出店日 4/9オープン

毎週木曜日～日曜日営業 9:00～17:00（月火水定休）



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

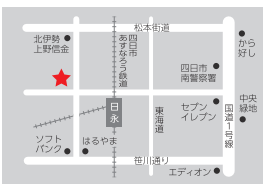
女性起業家支援スペース

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 ムエブレ) ※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杉善ビル1F 電話059-336-4002
Email 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



ワンポイント

中の用紙を入れ替えて何度でも遊ぶ事ができます。
遊び終わった用紙は、乾かすと1つの作品になります。何度も遊んでみてください。

◆監修：四日市市こ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すよ。
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。

紙コップに洗濯糊、絵の具を入れて混ぜる。(絵の具は少量でOK)



2

フリーザーバックに用紙を入れる。



1

フリーザーバックの口をしつかり閉めて、指を使って絵の具の感触や、混ぜる色を楽しもう!



4

混ぜた絵の具をスプーンでフリーザーバックの中に入れる。



3

●用意するもの

フリーザーバック、用紙、
絵の具、紙コップ、スプーン、
洗濯糊、筆



今月のおすすめBOOK



ぱなしくん

柴田ケイコ 作・絵
A4 PHP研究所
1,540円

「ぱなしくん」は、ぱなしのぱなしくん。朝はなかなか起きずに寝つぱなし。服は着つぱなし。朝ごはんは食べつぱなし。とうとうお母さんに「こんなに散らかしていると、ごっちゃんお化けがやってくるわよ」と、言われてしまいます。その日の夜、どこからか不思議な音が聞こえてきます。バタバタバタ、こわ〜いお化けたちがやって来て…ぱなしくんはどうになってしまうのでしょうか?



あぶないときはいやです、
だめです、いきません
子どもの身を
まもるための本

清永奈穂 文
石塚ワカメ 絵
A4 岩崎書店
1,430円

安全教育的専門家による、子どもが自分で自分を守るための絵本が登場。コロナ禍の現在、マスクのせいでも不審者かどうか分かりづらい「大きな声がだせない」と、不安がいっぱい。危ない人、危ない場所ってどんなこと?もし、危ない目にあったらどうしたらいいの?学校にも通うようになり、ひとりで歩く機会の増える子ども達に読んで欲しいわかりやすいイラスト付き絵本です。

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に無料で配布しています

子育て
チャンネル

おおきく な～れ

リポーター
中西麻起

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・ケーブルネット鈴鹿(CNS)12chで放送中!

放送
エリア

四日市市・鈴鹿市・いなべ市
桑名市(長島町)・菰野町・木曽岬町

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】

放送 時間	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～

CTY・CNSコネクットの
アプリでも配信しています!

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

3月

の放送予定

放送予定日 3月16日(水)～3月31日(木)

※放送は急きょ変更になる場合もあります。

- プロに聞く! 今日からできる親子の災害への備え
- ママ目線で納得! 親子の防災・3つのポイント

今月の放送は「親子の防災」について。

皆さんはいざという時の備えはできていますか? 防災に関するネット記事やガイドブックでは必要な備えの紹介をよく見かけますが、「子どもがいる家庭向けの備え」というとあまり目にしないという方も多いかもしれません。

小さな子どもがいる家庭ならではの防災・備えについて、内閣府チーム防災 JAPAN お世話係の大月浩靖さん、ママ目線の備えについて紹介する冊子「防災さくらんぼ」を発行しているいなべ子育てネットワークいなこねの皆さんにお話を聞いてきました!

●写真上/大月さん自前の備蓄食を持参していただきました。珍しい備蓄食にリポーター中西の目は釘付け(笑) ●写真下/元気いっぱいママさん団体いなこねさんの新しい拠点「いなこねチャレンジショップ」にてロケ!店内は可愛い雑貨でいっぱいでした!



はじめての おすすめ

はじめての おさんぽ

はじめてのお料理

など...

はじめての○○お写真大募集!

お子様の「はじめて」のできごとや行事の様子のお写真を
番組内でご紹介します。投稿お待ちしております!

応募について、詳しくは番組HPをご覧ください

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、今後の情勢によつては、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。開講に際しては、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



講師
エンジョイライフサポーター
ゆみこ 先生

協賛
HOUSE CRAFT

子育てママの
バレエ教室

● 4月11日(月) 10:30 ~ 11:15
● 定員/親子8組
● 参加費/5000円

※ママお一人でもお気軽に参加下さい！
※お申し込みは6カ月から(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、構定になれる動きやすい服装でお越しください。



講師
浦野 めぐみ 先生
伊藤 しょうこ 先生

協賛
水谷工建

● 4月19日(火)・26日(火)
● 1部 11:10 ~ 12:00
● 2部 11:30 ~ 12:15
● 対象/1部:日本語・英語
26日(火)・日本語・英語
対象/2部: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
青木 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

親子も楽しめる
ヨガ教室

● 4月18日(月) 10:30 ~ 11:30
● 定員/親子10組
● 参加費/5000円

※ママお一人でもお気軽に参加下さい！
※お申し込みは6カ月から(託児なし)。



講師
一般社団法人体カメンテナス
協会認定 産後指導士
小野 有美子 先生
一般社団法人体カメンテナス
協会認定 産後指導士
横石 重紀 先生

協賛
HOUSE CRAFT

● 4月12日(火)・27日(水)
● 1部 11:10 ~ 12:00
● 2部 11:30 ~ 12:15
● 対象/1部:1歳以上のお子様
2部:その年齢の兄弟がいる保護者、ママお一人
● 定員/毎回親子5組
● 参加費/5000円

※保護者様お一人での参加も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

● 4月21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

※各都府の内容は同じです。

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

● 4月20日(水)
● 対象/2歳~3歳のお子様
● 定員/親子10組
● 参加費/5000円

※これ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

● 4月13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
保険フリーク四日市店
友成 陽子 先生

教育資金を貯める！セミナー

講師
出張専門母乳育児相談
専ママ/小毛 幸 助産師
奥 友美 先生

協賛
トヨタホーム三重株式会社

● 4月15日(金) 10:30 ~ 11:30
● 対象/0~15カ月くらいの子ちゃん
● 定員/親子10組
● 参加費/無料

※各都府の内容は同じです。

助産師さんと話そう！



講師
一般社団法人
日本能力開発推進協会認定
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

● 4月14日(木)
● 1部 10:30 ~ 11:15
● 2部 11:30 ~ 12:15
● 対象/2カ月以上はいはいまでの赤ちゃん
● 定員/毎回親子10組
● 参加費/5000円

※託児はありませぬ。
※バスチャー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。

5月分の予約開始 4月1日(金) 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



Wara marche

10:00~16:00

4/15(金)16(土)29(金)30(土)

会場:鈴鹿ハンター1階サブコート

毎月開催

- ・ワークショップ
- ・ハンドメイド
- ・占い等々

※場所は毎月変わります

@waramarche

検索

handmade shop
Wara marche
鈴鹿ハンター1階ハチ口横

主催:Wara marche

お問合せ:080-4304-4016



SNSでイベント
情報配信中!フ
ォローお待ち
しています♪



Wara marche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
お問合せください。

イベント情報

●毎月開催!Wara marche
ハンドメイド作品の販売、ワークショ
ップ、占い、パン、手けんぴ販売など。
詳しくはInstagramをチェ
ック!

★3月21日(月・祝) / 4月15日(金)
/ 4月16日(土) 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!Waraひろば教室

様々なワークショップが体験できま
す!子ども講師の出店を募集してい
ます!

場所:鈴鹿ハンター2階カルチャー
ス
クール
時間:10:00~15:00

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
いお友だち登録してくださいね。

※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。

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。

子ども新聞見たよ!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



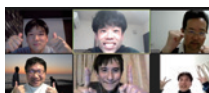
一般社団法人子育て支援ネットワーク・トゥモローズ ☎ 059-355-1320 ※制デルタスタジオにつながります。

子ども達と公園に行くのもパパの出番のひとつ。外遊びが楽しい陽気の春。小さな子ども、大きな子ども、公園に行くといろいろな遊びをします。土をいじったり、遊具を取り合っていると思うと仲良く使ってみたり、走り回ったり。子ども達を見ると連れてきて良かったと思ひ、気軽にひとりで連れて行ける身近な公園の良さを実感しました。



■パパスマ会議で「プレーパーフ」が話題になりました！

パパスマイル四日市では、毎月オンライン定例会議（通称：パパスマ会議）をしています。時間は家事や寝かしつけが終わった21時半位から。今月は写真のような「年度へ子ども達が遊べる「冒険プレーパーフ」をパパが運営してやってみよう」という話で盛り上がりました。楽しい夢を四日市で実現したいですね。



パパスマイル四日市

詳しくはFacebookをご覧ください。



四日市友の会だより

「テーマ」

どんなことがひとりでできるようになったでしょう

年度末を迎え、生活発表会や卒園式などお子さんの成長を感じる季節ですね。「親と子のせい」が教室です。2月の締めくくりに時を迎えています。1月の集まりで子どもたちが聞く「いつも早起きして」「幼稚園の用意が出来るようになった」「折り紙でかっこを作った」「いろいろなやつて楽しかった」と元気に話してくれました。一緒に参加したお母様も、手洗いの習慣は、子どもにとって「一生の宝物です」と話されました。

大人に言われてするのはなく、自分で自分のことが出来るということは、子どもにとって大きな自信に繋がります。「こんなことも出来るようになったね」と子どもと向き合い成長を喜び合うひと時を持つてみませんか？

●簡単！電子レンジで

「小松菜のカップケーキ」（6個分）

材料



ホットケーキミックス.....150g
小松菜.....1株
牛乳.....100cc
卵.....1個
砂糖.....大さじ2

小松菜をざく切りにし、牛乳・卵・砂糖と共にミキサーまたはフードプロセッサーでなめらかにする。ホットケーキミックスを加えて混ぜ、カップの6割位の高さまで入れた。電子レンジ600Wで3分半（6個分、竹串を刺して生地が付かなければ出来上がり。お好みでレーズンやチョコチップをトッピングしても可。）

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）
●080-5132-4332（佐藤）

Mail

yokkaichitomonokai1939@gmail.com

H P



四日市友の会

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

■四日市友の会の子育て支援「親と子のせい」が教室

※2022年度参加者募集中心！

4月23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・手拭タオルなど

●参加費・親子ペア1,000円（含む）

※保険料を含む

※実習時は別途材料費実費

「すくすくの会」

4月15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。

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。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。

TOMORROW'S
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

※南デルタスタジオにつながります。

居場所HPはこちら！





はいはい、みなさんこんにちは。
さて、寝る。ことが効果的に活かされるためには、普段の心地よい交流が重要だということを知っておくかな。ピアノの練習をしていたら寝る、勉強をしていると寝る、お手伝いをしたら寝る。は悪いことではない。
じゃが、良いことをしたら寝る、ということだけをjしている人、子どもは、寝られることに嫌悪感を感じるようになることもあるんじや。
子どもが寝ることを素直に受け止められるようになるには、普段の関係性が大切。



特別に良いことをしていないときは自分に無関心だったり、いつも、嫌な顔をjして、話も聞いてくれない、自分のことを邪魔者扱いしている人が、たまに寝てくれても、なにか裏があるんじゃないかと疑ってしまったり、あなたにとって都合がいいからで、斜に構えてしまふ。すると寝られずに嫌な分になり、次からしなないで、ここの、とか、良いことをするにも抵抗感を感じてしまうようになってしまう。そうしていううちにだんだんと生きづらな性格の子どもになってしまう。じゃが、調子がいい時も、悪い時も、いつもニコニコして、話を傾けてくれる人、自分のことを認め、どんな自分も受け止めてくれる人が寝てくれると、素直に嬉しい気持ちで喜べる。さらに、寝られたことで、もっと頑張ろう、とか、これからもそうしよう、と、ヤル気にもなる。
寝るにしても普段からの関係性は大事。いつも、イライラして、嫌な気分j巻き込んでくる人には近寄りたくないと思うし、顔を合わせると、ヤイヤイガミガミ口うるさい人の話は、良い言葉であって聞きたくないと思ってしまうものもわからなくなる。
そんな相手との会話は、内容を聞く前から、拒否的、否定的、批判的な構えになりやすいの。
逆に、普段から、優しくおおらかに接してくれる人に対しては、居心地が良く、自然と話を耳を貸す姿勢にもなるし、話の中身に関わらず、肯定的で好意的に受け止める気持ちになりやすいわなあ。



相手が、大人、子どもにも関わらず、変わってほしい。と要求するだけでは、問題解決に至らんことがほとんど。
相手が自分の子どもであっても、行動を操作したりするとき、いい顔をしたり、物をあげたりする、その場しのぎの作戦は問題を先送りするだけで、子どもが成長するにたがって、少しずつ問題が出てくるようになる。
本気で問題を解決したいと願うなら、相手に。変わってほしい、と願う方が先に変わる、まずは相手との関係性を変えることが重要。
ここぞというときのために、普段から安心感と心地よさを感じられる、子どもにとつての『心の安全基地』であるように意識してみておくれ。自分の印象が変わるまではうまくいかんと感じるかもしれないが、だんだんと、関係性は良くなり、子どもの態度も性格もみるみる変わるはず。
すると養育者自身の心も、安定してくるようになるぞよ。
まずは6週間、試してみておくれなあ。

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
https://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



ご好評いただき、増刷になりました！

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している。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、たまに目次を開いて気になったところを読んで使っていただけだと思います。
子育てに奮闘する方々のお力になると幸いです。



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/



将来に備えた
貯蓄方法を知りましょう
「自分年金」という言葉を聞いた
ことがありますか？
公的年金を補うため「自分の老後
のために（任意で）備える年金」
のことをこう呼びます。
準備の仕方は人それぞれですが、



『iDeCo』や『つみたてNISA』
といった税制優遇制度や、生命保
険商品の個人年金を利用される方
が多いでしょう。
準備をするうえで、個人年金を例
にとってポイントをお話ししま
す。
まずは、無理のない金額設定です。
利率としてのリターンが期待でき
ない時代ですので、積立額を増や
す方もいらっしゃると思います。将来の
目標金額をゴールにするためです
が、その場合は分散しておくこと
が大切です。
例えば、個人年金を1本ではなく、
2、3本に分けておくという方法
です。1本にしておく、何かの
理由で解約してしまった場合、そ
れまでの時間が無駄になり、返戻
金も減ってしまいます。



さらには、払込期間や通貨も分け
ておくのがおすすめです。
手元の余剰資金を短期払いに利用
し、月払いは定年の頃までの払込
期間にし、通貨は円と外貨に分け
るなどです。すると、無理なく貯
蓄ができて、インフレにも備えら
れます。
それから、受取時期の分散も大切
です。せっかく利率や節税を心が
けて貯蓄をしても、受け取りが重
なる所得税の税額に関わるので
要注意です。
最後に、貯蓄を始める前には必ず
家計を見直ししましょう。お金を増
やす方法は稼ぐ・貯めることの他
に、節約も含まれます。
家計を見直すことで、資金捻出に
もつながります。
現在の生活を維持しながら、将来
の自分にも投資しましょう。

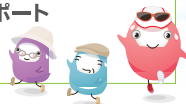


生命保険に関する疑問や不安は
「保険クリニック」四日市店で解決できます。



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259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
★土日とも相談可

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～

デジタル絵本

「これから いっしょに」

を作成しました

すべての子どもには、生まれながらに豊かに育つための権利があります。県では、子どもを取り巻くさまざまな立場の人が連携・協働して、子どもの権利が尊重される三重をめざす、三重県子ども条例を制定しています。

県では、三重県子ども条例施行10周年の取組の一つとして、小学校低学年までを対象に、子どもの権利について、子ども自身が楽しく学べることを目的として、デジタル絵本「これから いっしょに」を作成しました。

多くの子どもが学べるよう、デジタル絵本を収録したDVDを、県内の保育所、幼稚園、小学校、児童館、図書館に配布させていただく予定です。機会があればぜひご覧ください。



■お問い合わせ先 〒514-8570 三重県子ども・福祉部 少子化対策課
TEL: 059-224-2269 FAX: 059-224-2270
Email: 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



3月中旬～4月中旬 の開催スケジュール

【開催日時】

3月22日(火)	4月 5日(火)
3月26日(土)	4月12日(火)
3月27日(日)	4月19日(火)
3月29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

