

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

12

vol.132



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



回遊動線のある 平屋

HOUSE CRAFT

MODEL HOUSE

最終公開

1.21 SAT・22 SUN

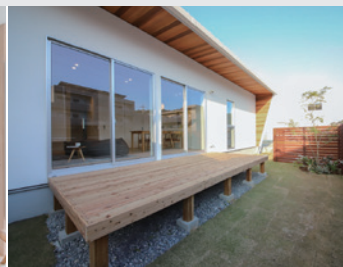
会場：三重郡菰野町菰野

予約制

イベント情報 & ご予約はこちら▶



26坪のコンパクトさを活かした暮らしやすい平屋。今回の見学会が最終公開ですので、ぜひお見逃しなく！



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

- 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

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 お弁当ぎやらリー sugary☆kitchen / カッパ先生と作ろう! おやこde工作
- 06 親子でちょこっと自然観察♪ 三重県民の森／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
- 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

トナカイはオスメスどちらにも角がありますが、クリスマスに角があるのはメスだけなんです。なのでこの子は女の子ですね。

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 @117yvjuja



イベント

◆竹あかりの展示inふれあいパーク

- ① 12月20日(火)～令和5年1月28日(土)まで。日の入りとともに点灯、日の出とともに消灯。
② 令和4年6月に新設された朝日交番の隣地である「ふれあいパーク」にて「竹あかりの展示inふれあいパーク」を開催。冬の夜を彩る幻想的な竹あかりをお楽しみください。

- ③ 朝日町・ふれあいパーク(朝日町柿2281)
④ 059・377・5658(朝日町役場・産業建設課)

- ⑤ 対象／どなたでも自由に来場可。駐車場に限りがあります。公共交通機関で来場の場合は最寄りJR朝日駅より徒歩10分程度。

◆クリスマス週間

- ① 12月20日(火) 22日(木)、23日(金) 10:15～

- ② 絵本の読み聞かせ、マジックショーなどクリスマスにちなんだ楽しい催し物。
20日…朗読ひばり会(ローレル絵本等の

読み聞かせ)。22日…ひまわりの会(歌、マジックショー)。23日…はつねの会(英語の歌、人形劇)。

- 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・866・2876
⑤ 予約不要。

◆そらまめマルシェin Fuji-hub

- ① 12月26日(月) 10:00～15:00
② いなべ市・フジハブカフェ敷地内(いなべ市大安町鍋坂2366・1)

- ③ 問い合わせは
インスタグラムより。



インスタグラム

◆絵本かるた会

- ① 1月7日(土) 10:30～11:00
② 絵本の内容やセリフを読み上げ、絵本をかるたにして取り合います。チャンピオンになるのは誰かな?

- ③ 孤野町図書館2階・催事室
④ 059・391・1400

- ⑤ 要申込。定員／10名(先着順)。定員になり次第締切。対象／5歳～小学3年生(保護者同伴)。

◆令和5年四日市市消防出初式

- ① 1月8日(日) 9:00～11:40

- ② 消防車両の行進、元氣いっぱいの園児による演技披露、消防団によるはしご登り、迫力ある一斉放水など。
③ 四日市ドーム及び周辺海域。

- ④ 059・356・2004(四日市市消防本部・消防救急課)
⑤ 来場の際は感染防止対策をお願いします。

◆1月のフジマルシェ

- ① 1月15日(日) 9:00～15:00
② 地元の美味しいものや、ハンドクラフト、製作体験で寒さを吹き飛ばそう!
③ いなべ市・フジハブ(いなべ市大安町鍋坂2366・1)
④ 0594・377・3471

◆おやこであそぼ「昔遊びをしよう!!」

- ① 1月17日(火) 14:45～15:20
③ 川越町つばめ児童館
④ 059・361・5636
⑤ 対象／年少児～年長児とその弟妹と保護者。

読み聞かせ

◆よみかせ ひよこ

- ① 12月22日(木) 10:30～
② 「しらゆきひめ」または職員による絵本の読み聞かせや、手遊びなど。
③ 桶交流会館図書室 1階・えほんのへや
④ 059・397・2277
⑤ 参加無料。申込不要。対象／0歳から。

◆図書館おはなし会

- ① 12月24日(土) 14:00～
③ いなべ市・大安図書館内 こどもの部屋

- ④ 0594・87・0021
⑤ 対象／どなたでも。読み手／大安町おはなしの会くまのこ

◆おはなし会

- ① 12月24日(土) 14:30～
② 語りのおでこいしよ」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
④ 059・352・5108
⑤ 参加無料。申込不要。



新型コロナウイルス流行に伴い、イベントによつては、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。

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。)

掲載
無料

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

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



1月1日(日・祝) 10:00~17:00

お年玉抽選会

アビタ商品券などが当たるチャンス!その他、お正月ならではの豪華景品も♪
当日トナリエ四日市館内で発行されたレシート1,000円(税込・割引後価格・合算可)、または当日発行シネマQRチケットのご提示でお1人様一日一回ご参加いただけます。



1月2日(月・祝) 10:00~なくなり次第終了

謹賀新年!お正月菓子プレゼント

お客様の一年間(365日)の健康と幸せを祈念し、夢菓子工房ことよのお正月特製どらやき「いちごバター&つばあん」と干支せんべいをプレゼント!当日トナリエ四日市館内で発行されたレシート500円(税込・割引後価格・合算可)、または当日発行シネマQRチケットのご提示でお1人様お一つお渡しいたします。

1月3日(火)

新年舞獅子演舞

南浜田町より獅子舞がやってくる!
皆様の無病息災を祈念し、南浜田町舞獅子保存会による舞獅子演舞をご覧いただけます。小学生以下のお子様先着20名様は、獅子噛みも体験していただけます。※写真撮影可

【タイムスケジュール】

- ・13:00~13:30 舞獅子演舞
- ・13:30~14:00 無病息災を祈念しての獅子噛み
(小学生以下のお子様先着20名様)

1月7日(土) 11:00~15:00

親子チャレンジイベント (さかなつり)



親子でゲームにチャレンジ!おもちゃやお菓子がもらえるよ。小学生以下のお子様とその保護者様対象。お1組様一日一回限り。参加無料。景品がなくなり次第終了となります。



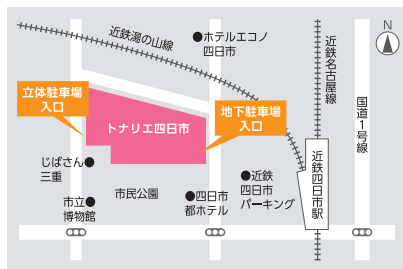
tonarie

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。



テイクアウトも多数ご用意しています!

東京おぎずばラーメンあ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ください。ご来店・お電話お待ちしております!!



東京おぎずば
ラーメン

株式会社エビスフード (東京おぎずばラーメンあびすや)

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





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]

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

12月の放送予定

放送予定日 12月16日(金)~12月31日(土)

※放送は急ぎよ変更になる場合もあります。



●子どものヘアケア&ヘアアレンジ♪



「子どもの髪の毛が多い…」 「子どもの前髪カットで失敗しがち…」 「子どもを連れて美容院に行くのはなんとなく遠慮してしまう」と、お悩みの経験はありませんか?今回は、<子どもの髪の毛>について、四日市市山之一色町にある美容院meets(ミーツ)の美容師さんにお話を伺いました。

★子どもの頭皮の乾燥やフケ対策

★失敗しない!子どもの前髪セルフカット方法

★女の子・男の子別ヘアアレンジ・セット紹介

どれもすぐに取り入れられるものばかり!

リポーター中西は、過去の前髪セルフカットの失敗経験や、男の子のヘアセット失敗談などを振り返り「こうすれば良かったのか…」と興味津々でした(笑)

また、meetsの美容師は皆さん現役のママ・パパばかり。親目線で考えられたお店作りは、お母さんの居心地はもちろん、子どもにも優しい空間です。子ども専用のカット台(車型で動画の視聴も可能!)や、安全に遊べるキッズスペースの他、子どもを抱っこしながらカットができる「抱っこクロス」という珍しい物も準備してありますよ。ぜひ番組でチェックしてみてください!



キッズの皆さんにもご協力いただきました!



ママに抱っこされながらカットできる「抱っこクロス」

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/>



★北勢地域の児童館★



四日市市



川越町

児童館とは、子どもが安全に安心して過ごせる居場所と健全な遊びや体験活動を提供し、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歳未満の子どもの保護者の方なら、どなたでも自由にご利用することが出来ます。ぜひ遊びに行ってみてくださいね！

児童館を
知って
いますか？



四日市市の児童館

こども子育て
交流プラザ

からのお知らせ



「わくわくふれあい動物園を開催しました」
11月23日（祝・水）に、わくわくふれあい動物園を開催しました。天気はあいにくの雨でしたが、ヤギやリクガメ、ハリネズミなど数種類の動物たちがプラザに遊びにきてくれました。普段は



みなさん、こんにちは。気持ちのよい小春日和もあつという間に過ぎ去り、いよいよ本格的な冬が到来してしました。インフルエンザをはじめとする感染症が流行する時期です。体調管理には十分気を付けてお過ごしください。
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ご確認ください。引き続きご理解、ご協力をお願いいたします。

なかなか触れ合うことのできない動物たちに、子どもたちは大興奮！ドキドキしながら動物に触れてみたり、鳴き声に驚いたり、五感をフルに使って楽しみました。イベントが終了した後も興奮冷めやらぬ様子の子どもたちでした。

【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。

◆室内カーリングを体験しよう

●対象／小学生
●定員／当日先着10名（受付15：00～）

◆なんちゃって雪合戦

●1月7日（土） 15：15～16：00
●対象／小学生
●定員／当日先着16名（受付15：00～）

◆赤ちゃん広場

●1月10日（火） 9：30～11：00
●対象／0歳～18か月、出産予定の妊婦
●定員／当日先着10組（受付時間9：00～10：30）

●持ち物／母子手帳、バスタオル



◆かきぞめ

●1月14日（土） 15：00～17：00
●新年の目標や抱負をかきぞめしよう！
みんなで作る大きな作品は1年間プラザにかざるよ。

●対象／小学生・高校生

●持ち物／汚れても良い服装

●定員／当日先着20名（受付15：00～）

◆ブラザフォースポット

●1月15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／1回につき1グループ5名まで

◆なかよし広場

●1月19日（木） 10：00～11：00
●保護者、地域の人、みんなで交流しよう。今年は、2023年のカレンダーをつくります。
●対象／子育て中の保護者
●定員／当日先着10組（受付9：00～）

【お知らせ】

12月29日（木）～1月3日（火）までプラザは休館となります。新年は1月4日（水）から開館します。



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「干支弁(みけや)」

▼用意するもの

カブ人参、ジャガイモ、ベーコン、インゲン、竹輪、海老の塩茹で、卵焼き、黒豆、大葉、ミハバーク(冷蔵)、ご飯、海苔、マヨネーズ(接合)

▼作り方と詰め方(写真参照)

①お花の抜き型で抜いたカブと人参でピクルスを作ります。カンタン酢で時間がある時に作っておくと良いでしょう。
②竹輪に下茹でしたインゲンを差し込みます。
③適当な大きさにカットしたマヨネーズで炒め、仕上げにだし醤油で炒めの味を調えます。
④お野菜をベーコンで巻いて、なんちゃって八幡巻きを作ります。
⑤ジャガイモと人参は拍子木形にカットし、下茹でし、塩シヨウします。ベーコンでクルクル巻き炒めます。
⑥おかずをお弁当箱に詰めしていきます。仕切りは大葉を使います。
⑦ミハバーク(冷蔵)にも大葉が巻いてあります。

⑧お弁当のあけてある所にうさぎの顔になる塩おにぎりを入れます。
⑨ご飯で作った耳をのせます。(耳と手の部分のご飯も塩味が付いています)
⑩顔パーツを海苔で作ったマヨネーズで接合します。①で作ったピクルスをのせ、髪飾りにします。
⑪隙間に卵焼きを詰め、ピックでさした黒豆をのせたら完成です。

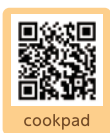


かわいく作ってね



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



カップ先生と作ろう!

おやこ de 工作

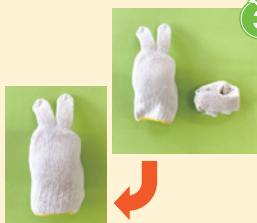
今月の作品

手袋うさぎ

●用意するもの

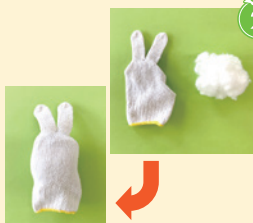
手袋もしくは軍手、綿、マジック、リボン

残りの手袋を丸めて、もう片方の手袋の中に詰める。



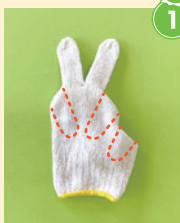
③

手袋の中に綿を入れる。(手のひらが膨らむ程度)



②

手袋の中指と薬指以外の指を中に入れ込む。



①

◆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! カップ大好き鴨田です。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。

ワンポイント



綿が飛び出すのが不安な時は、水切りネットなどに詰めて、手袋に入れてみてね。



リボンを結び、マジックで顔を描いて完成! 他にもいろいろな材料で試してみてね。



できあがり!



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



親子で散歩ついでに見つかる面白いいきものや自然を紹介！

今月の自然観察
「冬を越すチョウたち」

年越しが近づいてきました。昆虫たちもそれぞれ年を越える、いえ、冬を越える準備をしています。

カマキリのように卵として、カブトムシのように幼虫として、また成虫の場合には、オサムシのように土にもぐったり、テントウムシのように木の皮のすき間に集まったり、とそれぞれ工夫して寒さに耐えようとしています。

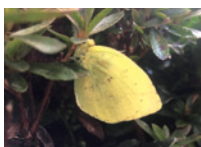
では、チョウの仲間はどうでしょう。卵や幼虫の形で冬が多い中、成虫のまま吹きさらしの中で冬を耐え抜くチョウもいるんです。どんな様子か見てみましょう。

ウラギンシジミ

ツバキなど常緑の葉の裏で越冬します。葉のへりにとまるのは雨水を飲むため。

キタキチョウ

植え込みの中などの風をしのげる場所で越冬。暖かい日は飛んでいる姿も。



三重県民の森には昨年、親子で木に親しむための施設「みえ森林教育ステーション」がオープン！予約制ですので、詳細は下記サイトからご覧ください。



三重県民の森

三重県三重郡菟野町千草7181-3

電話059-394-2350

メール:info@mie-mori.jp

HP:https://mie-mori.jp/



春を迎え次の世代を残していくために、風や雪にその身をさらしながら必死で耐え抜いているチョウたち。もし見つけても、触らずに見守ってあげてくださいね。



ムラサキツバメ

常緑樹の葉の上に仲間が集まっています。暖かい日には移動して日光浴した後、元の場所に戻ります。

ムラサキシジミ

こちらは枯れ葉に集まり越冬します。翅（はね）の表側は紫色に光る模様の美しいチョウ。



今月のおすすめBOOK



からっぽのにくまん

まつなが もえ 作
A4変 白泉社
1,320円

真っ白くて、ふんわり、ふっくら。かわいい肉まんが無いなんて…肉まん屋で一つだけ中身を詰め忘れられてしまった肉まんくん。中身を求めてピザ屋さん、和菓子屋さん、カレー屋さん…どこも断られて、お腹が減りすぎて飛び込んだ先に肉まんくんの救世主が！美味しい料理を頼る嬉しそうな肉まんくんの頭のてっぺんに吹き出す湯気からいい匂いがしてきそう。君も、お腹空いた？



かぼちゃスープのおふろ

柴田 ケイコ 作
A4変 小学館
1,540円

くまさん、アルパカさん、ねこさんは、真っ白な仲良し3匹。ある寒い日、3匹が森の中を歩いていると、とってもいい匂いが漂ってきました。そこには美味しそうな温かいスープが入った大きなかぼちゃ。側の看板には「どうぞじゆうにおはいりください。ただしなかのスープはぜったいにのまないように」さて、3匹はどうしたかというと…懲りない3匹に笑えてほっこり。

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

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

※例）デルタスタジオにつながります。

居場所HPは
こちらから！



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。地域の若者やお子連れなど、親子でも気軽に利用していただけます。



親子リトミック教室♪

デルタスタジオの親子リトミック教室はCDなど音源を使用せずピアノの生演奏で行うのが特徴です。

先生の「おはよう」の挨拶からはじまり、子どもたちの名前を呼びます。名前を呼ばれた子どもたちは「はい」と手をあげて元気いっぱいです。

ピアノ演奏に合わせて、保護者の方と手あそびやリズムあそびをします。

季節の歌を取り入れてカスタネットやタンバリンなどの楽器にふれたり、ボールやフラフープなどの道具も使ってあそびます。

初めは場に慣れずに泣いていたお子さんもだんだんと楽しみに来てくれるようになります。最近はお父さんの参加も増えてきました。

お友達同士で、家族で、音楽に触れる時間を楽しみませんか？

皆さんのご参加をお待ちしています！



- 日本語リトミック、英語リトミック月2回づつ開催
- 対象／1歳～3歳頃
- 講師／伊藤しょうこ先生・浦野めぐみ先生
- 参加費／お子様1人1回500円
- 定員／各回10組程度

開催日程などについては、左ページにてご確認ください。

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

親子リトミック教室

● 1月17日(火) 10:30~11:10
● 2部(英語) 11:20~12:10
● 対象/1~3歳頃までのお子様
● 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

近鉄四日市駅前で、未就学児までの子どもとママパパを対象にしたカルチャー教室を開催しています!

- 身体を動かしてリフレッシュしたい
- 入園前のお友達づくりがしたい
- ママ友がほしい

そんな皆さんにピッタリの教室です。

カルチャー教室の良いところ♪

- ✓ 駐車場完備
- ✓ 都度申込。1回やりでもOK!
- ✓ 参加費はワンコイン
- ✓ 感染症対策徹底



DELTA STUDIO

**デルタスタジオ
カルチャー教室
のご案内**

うごく
ふれあう
つくる

親子ヨガ教室

● 1月23日(月) 10:30~11:15
● 定員/親子6組
● 参加費/500円

※お子様は6カ月から(託児なし)

講師
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

産後ピラティス教室

● 1月18日(水) 10:30~11:00
● 2部 11:30~12:10
● 対象/●部:こなたでも月1歳未満のお子様連れママ
● 定員/5組程度
● 参加費/500円

※ママお一人でもお気軽にご参加
※ヨカガクが大利バスタオル、お茶や水などの水分をお持ちの上、動きやすい服装に、参加ください。

講師
ピラティスインストラクター
ヨガインストラクター
Chihiro 先生

協賛
HOUSE CRAFT



講師
一般社団法人体カナンテナンス
協会認定 産後指導士
小野 有美子 先生

協賛
HOUSE CRAFT

**心も弾む、
親子バランスボール教室**

● 1月16日(月) 10:30~11:30
● 定員/親子8組
● 参加費/500円

※ママお一人でもお気軽にご参加
※同伴のお子様年齢制限はございません。

助産師さんと話そう!

● 1月13日(金) 10:30~11:30
● 対象/0~15カ月くらいの子ちゃんとママ、妊婦さん。
● 定員/親子10組
● 参加費/無料

講師
出張専門母乳育児相談
※ママノトモ※ 助産師
奥 友美 先生

協賛
トヨタホーム三重株式会社

講師
一般財団法人
日本能力開発推進協会認定
ベビー・マサージ
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

ベビー・マサージ教室

● 1月12日(木) 10:30~11:15
● 対象/2カ月~はいはいまでの赤ちゃん
● 定員/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。

**子育てママの
バレレオン教室**

● 1月10日(火) 10:30~11:15
● 定員/親子8組
● 参加費/500円

※ママお一人でもお気軽にご参加
※お子様は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、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

協賛
HOUSE CRAFT

こどもお絵かき教室

● 1月11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/500円

※よこれてもいい服装で、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
HOUSE CRAFT

手形アートであそぼう!

● 1月19日(木) 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/500円

※各部の内容
は同じです。

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

おひるねアートであそぼう!

● 1月20日(金) 10:30~11:30
● 対象/1才未満(月齢12か月までの赤ちゃん)
● 定員/親子12組程度
● 参加費/500円

※撮影機器は各自持参ください。
※開始時刻から30分以上の滞りはご遠慮ください。
(遅刻の場合はキャンセル扱いと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
SEKISUI HOUSE
積水ハウス四日市支店

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。

2023年2月分の予約開始
1月5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)
<https://delta-studio.jp/>
※右のQRコードよりアクセス可能です

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ーいね。

※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

●クリスマスだよ！Wara marche 笑店街

小学生が自分で考えた体験を準備から
接客まで行います。

★12月24日(土) 10:00～16:00
(12:00～13:00は休憩)

場所／鈴鹿ハンター1階サブコート



●毎月開催！Wara marche

ハンドメイド作品の販売ワークショップ
プ・お・い・マ・ッ・サ・ジ・など。詳しくは
instagram をチェック！

★1月7日(土) 20日(金) 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。

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 毎週水曜日
(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。

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。

●毎週日曜開催 Wara ひろ教室
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2階カルチャース
クール
時間／10:00～15:00



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



2023
新年の記念を
家族写真で思い出に

3日間限定！1月1日(日)～1月3日(火)

キャンペーン価格 2,023円 (税込) ※要予約
撮影した写真は
キャビネットサイズで
1枚プレゼント(額付)

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332-1 ●営業時間 9:00am～7:00pm 火曜定休
●Mail info@satohstudio.jp

SoftBank スギ薬局 バリュウ センター	サトウスタジオ ●山手中学校 ●四日市 社会保険病院	至 雪ヶ浦 名張 古味 原 至 河原町	国道1号線
----------------------------------	-------------------------------------	---------------------------------	-------



岸田 文雄

■ファザリング全国フォーラム in
北海道

「もつと自由に。新しい働き方。新しい子育てを北海道から」をテーマにW E B 参加併用で開催。女性活躍、男性の育休、働き方改革、推しボス等の分科会での「夫婦手を取り合ってやっていくのが育児」「男性の働きやすい職場が女性も働きやすい」といった話に納得。学生達との話し合いも新鮮で good。一部の内容はオンデマンドで視聴が可能。ぜひ一覧をたい。



▶「ファザリング
全国フォーラムin北
海道」オンデマンド
視聴はこちらから

また本フォーラムのサステナブルパブリック社会で、「パパの日全国一斉清掃活動」の事例発表がありました。これは、三重のパパグループ「ミエメン」が呼び掛け、父の日を前に全国の有志パパが自分のできる清掃活動をするところで、父親が「地域活動」に関心を持つきっかけづくりを目指したものです。会場では、活動を身近な所から始める事が

良いと好評でした。今後、クリスマス
一斉清掃などを計画中です！



事例 1：ババの日「全国」一斉清掃活動

令和4年6月の目を前に、ババたちが声を掛け合って、同じ同様に一斉清掃活動に取り組ま
ました。清掃場所は、自宅周辺、子ども達がよく行く公園、地域の観光スポットなど、それ
ぞれ自分のできる範囲で設定、清掃活動参加を通じて、父親が「地域活動」に関心を持つ
きっかけにつながることを目指しました。



▶ミエメン詳細

パパスマイル四日市

詳しくはFacebookを
ご覧ください。



「テーマ」サツマイモのツルで
リースを作ろう

すくくのお会では、10月から11月の2カ月をかけて、サツマイモのツルでクリスマスリースを作りました。10月はリースの土台作りです。サツマイモのツルから細かい葉っぱを取り除き、何本も重ねたりひねりながら丸いリースの形にして作ります。収穫したてのツルは柔らかく小さな子どもお母さんと協力しながらリースを作ることができました。これを1ヶ月ほど干して乾燥させます。ツルは乾燥すると縮むので、何本も使って太すぎるぐらいがおすすめです。

で拾った松ぼっくりやどんぐり、リボンのほか、葉っぱの形に切ったフェルトに羊毛をチクチク刺して作ったものなどを、子どもがリースに置いて、お母さんがグルーガンでリースに付けていきます。

2カ月かけて、素敵なクリスマスリースが完成しました。おうちのどこに飾ったか、次のすくすくの会で聞き合いたいと思います。



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)

●090-4447-9131 (金)

Mail

yokkaichitomonokai1939@gmail.com



▲HPはこちら

四日市市友の会

乳幼児を持つ親と子の集まり「すくすくの会」は0歳〜未就学児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)

- 【四日市友の会の会費と支援】**
【親と子のせいかつ教室】
 ※2022年度参加者募集集中！
 12月17日（土）9:45～11:30
 （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
 ※実習時は別途材料費実費
■すすすくの会
 2023年1月13日（金）10:00～11:30
 （基本は第2金曜日開催）
 ●持ち物／水筒・着替えなど
 ●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。

**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



子育てゼミナール

はいはい、みなさんこんにちは。
今回は誰の心の中にもある『支援』の心のお話しじゃ。
支援とは、力を貸して支え助けることを意味する。
このような心を『ハート』と名付けよう。

ハートンモードのパパやママが放つパワーは包容力・愛情・思いやり・保護的・養育的・同情的など。
子どもに自己存在価値や自信、癒し、安心感と心の安全基地を与え、人の愛し方、愛され方を伝授し、子の温かな心育てる。
ハートンの力は心の栄養。

食べ物がないと人は生きられないのと同じように、このパワーを与えられないと人は弱っていつてしまう。



心の中のハートンパワーが強くなりすぎるとハートンがカホゴンになる。
カホゴンは大変、情が深くてお世話焼き。

カホゴンなパパ・ママが子育てでプラスに働いたときには母性豊かで献身的な人を信じる事ができる子が育つ。
マイナスに働いたときには依存的で甘えが強くわがままな子が育つ。

また、ハートンパワーが弱まるとハートンはクールンになる。
クールンは人の心にあまり関心を持たない。

クールンなパパやママが子育てでプラスに働いたときには自己犠牲的にならない子が育つ。
マイナスに働いたときには自分や人を信じることができない子や自己暴棄になる子や辛い子が育つ。

ハートンパパやママは子どもが手のかららない子であっても、思い通りにならない子であっても扱いにくい子でも子どもの姿をいつも優しい目で追いつ、温かい笑顔と声掛けを絶やさない。

いいこだね、だあいいだあいい、だあいい、できるよ、がんばろうね、凄いいね！素敵、素晴らしい！、おこつこつ！

愛情は表現しないと伝わらない。伝わるように目、表情、声、セリフ、行動、無意識の態度など、身体のぜんぶを使って表現する。

ただし、異性の子へのスキシップはほどほどに。
異性の子とのお風呂は二年生くらいまでは卒業を意識して。

一緒に遊んでくれていなくても、ママが関心を示す愛しい視線が自分に向けられていて同じ空間にいてくれる時間が満たされているとそれだけ人は自分が愛情に包まれていると自然

人は自分が愛情に包まれていると自然



と人にも優しい気持ちになれるように、子もいつもパパやママからおろからかいやある言動をしてもらうからで思いやりに寛容的で素直になれ、兄弟や友達も大切に出来るようになる。

子が、学校も勉強も人間関係もスムーズにいくための重要なポイント3つ。
1・夜、眠るの大切なポイント3つ。

1・夜、眠るの大切なポイント3つ。
2・朝、今日の一日にワクワクするよう

2・朝、今日の一日にワクワクするよう
3・兄弟の年齢差があってもなくても

3・兄弟の年齢差があってもなくても
4・一人に一回声かけてから他の子にも

4・一人に一回声かけてから他の子にも
5・ほかに子にも一回かまうように

5・ほかに子にも一回かまうように
6・愛情と関心の表現を同じ数と量を心が

6・愛情と関心の表現を同じ数と量を心が

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→

LINE

ラインでのお問い合わせも承ります



ご好評いただき、増刷していただきました！

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。

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合っ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

F512-1205 四日市市平尾町2800-2
TEL. 059-326-5850 http://www.hattori-k-k.jp/

「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

F510-0075 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



働きたい女性のための

参加無料



ジョブカフェ



「子育てでいったん退職したけど、条件が合う仕事があればまた働きたいなあ」

「働きながら子育てができる仕事はないかなあ」などなど

そんなママさんたちを応援する『ジョブカフェ』を開催します！

ママさんの採用に前向きな企業と気軽にお話ができます。

2023

ぜひご参加ください！

2月11日(土) 祝日 13:30~15:30 (予定)

会場：四日市市 総合会館7階 第1研修室



check!

企業のプレゼンテーション

参加する企業の担当者から女性が活躍する事例や働き方など、
分かりやすく参考になるお話をさせていただきます。

フリートーク座談会

企業をグループに分け、どんなふうに働きたいか
聞いてほしいかなどお互い気軽に話ができる場です！

会社別ブース面談

気になる企業に直接話を聞いてみましょう♪
面接ではないので、気になったことを気軽に聞いても
大丈夫です◎

point!

- ・無料の託児あり！
- ・服装自由！
- ・無料駐車場あり

※2/6(月)まで
要予約



参加申し込み・お問い合わせ

お申込みフォームはコチラ→

株式会社ファーストステップ

TEL 059-359-1888

運営事務局 戸崎宛

お申込フォーム



アクセス





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～

とってもおトクな 「子育て家庭応援クーポン」を ご利用ください!

三重県では、県内のスーパーマーケットや飲食店などの協賛店で提示すると、割引やサービス等の特典が受けられる「子育て家庭応援クーポン」を発行しています。



対象条件

18歳未満の子どもがいる世帯および妊娠中の方がいる世帯

クーポンの利用対象店

協賛店はシンボルマークが入ったステッカーが目印です。

協賛店は、三重県ホームページ「みえ子どもスマイルネット」で検索できます。

取得方法

スマートフォン又はパソコンで、「みえ子どもスマイルネット」から「応援クーポン取得」ページにアクセスし、画面の案内に従って取得してください。

なお、往復はがきによる取得も可能です。

取得方法の詳細は、「みえ子どもスマイルネット」から「子育て応援クーポンとは」ページにアクセスし、ご確認ください。
※協賛店によっては、往復はがきによるクーポンの提示が必要である等、取り扱いが異なる場合がありますのでご注意ください。

問い合わせ先

〒514-8570 三重県津市広明町13番地
三重県子ども・福祉部少子化対策課

〈電話〉

059-224-2404

〈FAX〉

059-224-2270

〈電子メール〉

family@pref.mie.lg.jp



▲みえ子ども
スマイルネット

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



12月中旬～1月中旬の開催スケジュール

【開催日時】

12月20日(火)	1月3日(火)
12月24日(土)	1月10日(火)
12月25日(日)	1月17日(火)
12月27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

