

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

2023

1

vol.133



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



HOUSE CRAFT

施主様のこだわりが詰まった
お家の見学会を開催!

OPEN HOUSE

最終公開

シンプルインテリア×吹き抜けリビングの家

2/4 SAT - 12 SUN

会場：三重県鈴鹿市東旭が丘

予約制 イベント情報&ご予約はこちら▶



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



- 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

あけましておめでとうござ
います。
今年は卯年。ピョンピョン
と飛躍の年にしていきま
しょう!

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



イベント

◆ガールズワークショップ 和菓子リングづくり/ラテくまチャームデコ

- ① 1月21日(土)和菓子リングづくり 10:00~13:00 / ラテくまチャームデコ 10:30~14:00
- ③ 中日新聞 四日市市ハウジングセンター (四日市市日永東3・10・4)
- ④ 059・324・3112

◆当日アンケートにて受付。

対象/小学生以下のお子様(保護者同伴)。定員/和菓子リングづくりは各回先着40名様、ラテくまチャームデコは各回先着20名様、お家族1回限り。

◆KIDSお仕事体験

- ① 1月22日(日) 10:00~16:00 (12:00~13:00は休止)
- ② ショベルカー体験、アクセスリレーザイン体験、パティシエ体験をしてコインをゲット。コインとお菓子が交換できます。
- ③ 中日新聞 桑名ハウジングセンター (桑名市江場436)
- ④ 0594・24・1522

◆当日アンケートにて受付。

⑤ 当日アンケートにて受付。
対象/小学生以下のお子様(保護者同伴)

伴。定員/先着60名様。お一人様各種1回限り。

◆ぐんぐん広場 1月後半

- ① 1月27日(金) 随時身体計測、各種相談 9:30~11:00 / お楽しみ会(手遊び等) 10:30~10:45
- ③ 孤野町・保健福祉センター(けやき2階 子育て支援センター)
- ④ 059・391・2214

◆対象/就園前の子どもとその保護者。

◆具合せく給付け体験

- ① 1月28日(土) 午前の部 10:00~午後後の部 13:00
- ② 具合せくの給付けを体験できます。小さいお子様向けにはゆりえを準備しています。
- ③ 桑名市広域清掃事業組合 リサイクルの森・管理棟2階
- ④ 0594・87・5133

◆要申込(先着順。1月27日(金)まで)④へ。土日を除く9:00~16:00受付。定員/各部門ともに25名程度。

対象/桑名市、木曽岬町、東員町在住者。小学生以下の方は保護者同伴。持ち物/お子様は上靴。

◆親子工作「オニの豆入れバッグを作ろう」

- ① 1月31日(火) 10:00~11:00
- ③ 孤野町・北部子育て支援センター
- ④ 059・396・0707

◆対象/就園前の子どもとその保護者。

◆昭和のくらし 昭和のおもちゃⅡ

- ① 2月11日(土・祝)~3月12日(日) まで。9:30~17:00
- ② 昭和時代の懐かしいおもちゃを展示。日々の生活の中に溶け込んでいたおもちゃを通じて、昭和から平成、令和へとつながる人々の暮らしが感じられる企画展。
- ③ そらんぼ四日市(四日市市立博物館) 4階・特別展示室
- ④ 059・355・2700

◆料金/一般400円、高・大生300円、中学生以下無料。

◆読み聞かせ

- ① 1月21日、28日(土) 10:30
- ② 21日(土) : よみきかせたんぼの会 28日(土) : 藤原おはなしの会(こだま)による読み聞かせ。
- ③ いなべ市・藤原図書館 おはなし広場
- ④ 0594・46・4150

◆対象/どなたでも。

⑤ 対象/どなたでも。

◆おはなし会

- ① 1月21日、28日(土) 14:00
- ② 大安町おはなしの会 くまのこによる読み聞かせ。
- ③ いなべ市・大安図書館 こどものへや
- ④ 0594・87・0021

◆対象/どなたでも。

⑤ 対象/どなたでも。

◆おはなしづくりBOX

- ① 1月25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
- ④ 059・352・5108

◆参加無料。申込不要。

◆よみきかせ ひよこ

- ① 1月26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 楠交流会館図書室 1階・えほんのへや
- ④ 059・397・2277

◆参加無料。申込不要。対象/0歳から。

⑤ 参加無料。申込不要。対象/0歳から。

◆おはなし会

- ① 1月28日(土) 14:30
- ② 語りの会「どっこいしよ」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

◆参加無料。申込不要。

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。

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



2月11日(土・祝) 11:00～15:00

バレンタインデー工作

キラキラバグを作る! 詳しくは7ページをみてね。
参加条件: 小学生以下のお子様対象。当日トナリエ四日市館内で発行されたレシート250円以上(税込・割引後価格・合算可)のレシート、または当日発行シネマQRチケットのご提示につきお1人様一日一回ご参加いただけます。



2月12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円以上(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。



3月4日(土) 11:00～15:00

ホワイトデー工作

ホワイトデーにぴったりの工作で楽しもう!
参加条件: 小学生以下のお子様対象。当日トナリエ四日市館内で発行されたレシート250円以上(税込・割引後価格・合算可)のレシート、または当日発行シネマQRチケットのご提示につきお1人様一日一回ご参加いただけます。



3月11日(土) 11:00～15:00

親子チャレンジ(トランプ)

親子でトランプゲームにチャレンジ! 参加者にはお菓子などのプレゼントもあるよ! 小学生以下のお子様とその保護者様対象。参加無料。お1組様一日一回ご参加いただけます。



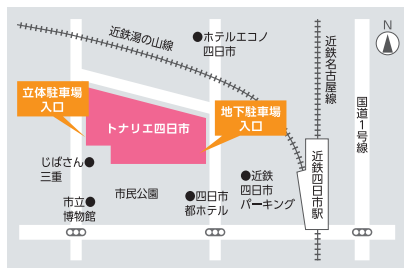
tonarie

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。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をご用意しています!

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!!



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





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▶



1月の放送予定

放送予定日 1月16日(月)~1月31日(火)

※放送は急ぎ変更になる場合もあります。



●スマホで子どもの写真を上手に撮るコツ★



おおきくな〜れ新年1回目の放送テーマは「子どもの写真撮影」について。

誕生日などの大切な記念日から、何気ない毎日など、ママやパパのスマホはかわいい子どもの写真でいっぱい!でも、なぜか「これ!」というキレイな写真がない…。カメラマンのように難しい…という方、多いのではないのでしょうか?

今回はそんな皆さんに、川越町の写真スタジオ「multi photo studio CADODE」の福田さんからアドバイスをいただきました!

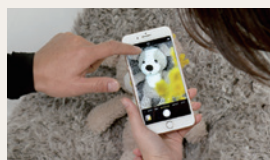
- 子どもを撮る時に気を付けたい「光」「角度」「目線」
- お家で作れるスタジオ顔負けのセット作り
- 簡単スマホ撮影テクニック「前ボケ写真」の撮り方

をご紹介します!

この1年は、ステキな子どもの写真でカメラロールを埋めてみませんか?



スタジオ顔負けの撮影セットを作りました!
(左) multi photo studio CADODE 福田さん



「前ボケ写真」に挑戦! うまく撮れるでしょうか…?

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



明けましておめでとうございます。2017年4月にこども子育て交流プラザがオープンして、6回目の年越しとなりました。2023年も皆様に楽しんでいただける施設を目指していききたいと思います。本年もよろしく願いいたします。

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。

「クリスマス会を楽しみました」

12月25日に小学生対象の「プラザクリスマス会」を開催しました。今年は募集をかけて集まってくれた小学生のボランティアスタッフが中心となり、当日の企画や司会、プレゼント選びまで行ってくれました。今年のクリスマス会は室内雪合戦、ドッジボールなど身体を動かす内容が多くとても盛り上がりしました。



「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。

◆水耕栽培

●1月21日(土) 12:45～13:45
土を使わない野菜づくりを体験しよう。

●対象／小学生

●定員／当日先着8名(受付12:30～)

◆おしゃべり広場

●1月23日(月) 10:15～11:00
みんなで楽しくおしゃべりしよう。

●対象／生後6か月以下のお子さん

●定員／当日先着12組(受付9:00～)

◆えほんのひろば

●1月28日(土) 10:30～11:00
おはなしとわらわったであそびましよう。

●対象／どなたでも

●定員／当日先着10組(受付時間9:00～)

◆なかよし広場

●2月7日(火) 10:00～11:00
保護者、地域のみなさんで交流しましょう。今月は、ネームタグキーホルダーをつくりまします。

●対象／子育て中の保護者

●定員／当日先着10組(受付9:00～)

●協力／M.S.チャアーズ・チャアーズママ

◆プラザ脱出ゲーム「誕生への道」

●2月11日(土・祝) 16:00～17:00
命や生命に関するクイズに答えて、脱出を目指せ！

●対象／小学5年生・高校生

●定員／最大15名(受付15:30～)

◆赤ちゃん広場

●2月14日(火) 9:30～11:00
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(受付9:00～10:30)

●持ち物／母子手帳・バスタオル

◆プラザフォトスポット

●2月19日(日) ①10:00～11:00 ②15:30～16:30
家族や友達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



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

「節分おにぎり」

▼用意するもの

赤ウインナー、揚げパスタ、ブリッツ、蒲鉾、ご飯、プロッコリー、ナポリタン、スライスチーズ、海苔、カニカマ、ミートボール、卵焼き、枝豆、ぶぶあられ、ピーマン、本

▼作り方と詰め方(写真参照)

①赤ウインナーの金棒を作ります。ポイルした赤ウインナーに、揚げパスタをさしていきます。持ち手の部分はブリッツをさし込みます。

②蒲鉾のお花を作ります。蒲鉾を薄くスライスし、クルクルと巻きます。巻き終わりに、2枚目をかぶせるように巻いていきます。3枚目も同様です。巻いたのが解けないように葉っぱのピックでさし止めます。

③ご飯で丸おにぎりに作り、お弁当箱に詰める場所を決めます。

④茹でたプロッコリーと、おにぎりの髪になるナポリタンを、

詰めていきます。ナポリタンはフォークでクルクル巻くと良いです。

⑤おにぎりの顔を作っていきます。スライスチーズ、海苔、カニカマを使い、接着はマヨネーズを使います。

⑥ミートボールを詰めます。

⑦詰めたミートボールの上に、①の金棒をのせます。

⑧茹でた④のプロッコリーは、ぶぶあられで飾ります。

⑨あいている所に、卵焼き、枝豆、②で作った蒲鉾のお花を詰めた完成です。



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

紙皿でんてん太鼓

紙皿の表面同士を合わせて、ちから焼きのような形にし、フチをテープでとめます。



③ ひっくり返して、紙皿に割り箸をカラムテープでしっかりと貼る。



紙皿の裏面をデコレーションする。



●用意するもの 紙皿、割り箸、ガムテープ、テープ、糸、マジック、ボタン、パンチ

◆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。完成品や、工夫やひらめきがあったら子ども子育て交流プラザに見せに来てね。

それぞれに穴に糸を通して結び、反対側にボタンを結んで完成!くるくる振って遊んでみよう。



紙皿の両端をパンチで穴を開ける。



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「雪の上のいろんな足あと」

子どもたちの冬の楽しみといったら雪。雪合戦や雪だるまづくりなど楽しみ方はいろいろですが、その中にぜひ「動物の足あと探し」も加えてみてください。動物がどこんところを歩いているのかがよく見えるのは雪の日だけ。何をしていのかを想像しながら歩くのも楽しいですよ。ここでは県民の森の周りでよく見られる動物の足あとを紹介しします。

キツネ

4つの肉球がよく分かる足あと。横幅がせまく、ひし形のように見えます。キツネは体の幅もせまいので、左右の足あとのほぼ一直線上に並び、特徴です。

タヌキ

キツネとよく似ていますが、横幅が広く丸い印象です。歩き方は、キツネがまっすぐ歩いていくのに、タヌキはあおろしにフラフラ寄り道するように歩きます。

ネコ

同じ4本指の足あとですが、こちらはおなじみのネコのもののキツネやタヌキ犬との違いはツメのあとが分かります。

シカ

2本のひづめのあとがつかえます。この2本は人である民の森では最もよく見る動物の足あとでもあります。

インシシ

シカとそっくりですが、2本のひづめの後ろに副蹄（ふくてい）のあとが2つつきます。浅い雪だと副蹄のあとがつかず、シカと見分けが難しい時もあります。

ニホンザル

左の小さい方が前足、右の長い方が後ろ足です。前足は人間の手にそっくりですね。



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/



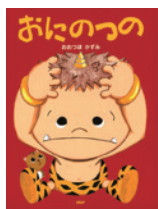
今月のおすすめBOOK



ムーミンのともだち

トベ・ヤンソン 原作
松田 素子 文
スタジオ・メルファン(我妻康美) 絵
A4 講談社
1,540円

ムーミンの大好きなともだちスナフキンが冬になる前に旅にでてしまう。しょんぼりするムーミンは冬の寒さに根付くタンポポに気付き、寒さに耐えて強くなるサナギをリトルミに教えられ、ムーミンは「冬」がなくてはいい理由がわかり、笑顔でスナフキンを見送ることができました。ムーミンと仲間達が一緒に過ごす夕暮れが非常に美しく、大人にも印象的な一冊です。



おにのつ

おつぽかすみ 文・絵
B5 PHP研究所
1,430円

おにのミーくんはよく働くおしゃなパンツ屋さん。とところがある日、ミーくんのつのがなくなってしまったのです。ミーくんは大ショック！そりやそうだよね。つのがあるからおになのですから。必死でなんとかしようとするミーくんの様子を見ると、ハラハラしながらガンバレ～と応援したくなります。つのが生えて少しお兄さんになったミーくんのパンツ屋さんは大繁盛です。

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

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

※南デラ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。地域の若者やお子様連れなど、親子でも気軽に利用していただけます。



子育てママのバレトン教室

●バレトンってなに？

フィットネス・バレエ・ヨガを組み合わせた裸足で行う有酸素運動です。

体幹や筋肉を鍛えたり、脂肪燃焼や姿勢矯正の要素が含まれているエクササイズです。

子育て中は抱っこや家事で、どうしてもママの姿勢は悪くなりがち。

しっかり運動が身体にいいと分かっているけど、なかなかそんな時間を取るのも難しいし…。

産後の体力低下、コロナ禍で外遊びの機会が減ってなんとなく身体が鈍っていると感じているママetc…

そんなママにオススメなのが、デルタスタジオの【子育てママのバレトン教室】です。

元気な先生の挨拶とともに流れる音楽。こんなに身体って動くの?!というくらい先生は軽やかに、リズミカルに身体を動かしているのでもっとビックリ!

ですが心配無用です。先生が丁寧に動きなどを教えてくれるので、あとはリズムに乗って身体を動かしてみましょう♪



【ゆみこ先生からメッセージ】

音楽に合わせて身体を動かす事で、楽しく身体を動かせるし、冬でもポカポカ♪終わった後の達成感と爽快感にハマってくれるママたちがたくさんいます!

バレトン続ける事で、「あれ?以前より動けるようになってるし、軸がブレなくなってる!」と感じられるようになりますよ。

子育てには体力も必要!そのための体力強化や、産後ダイエットにオススメです!



●子育てママのバレトン教室 ●講師/エンジョイライフサポーター ゆみこ先生 ●参加費/500円 ●定員/親子8組
※お子様連れで参加の場合は生後6カ月程度から。ママお一人での参加もOK!

開催日程などについては、左ページにてご確認ください。

バレンタインデー工作イベント

キラキラミニバッグを作るう♪

2月11日(土・祝) 11:00~15:00

会場: トナリエ四日市4階 わくわく・ふれあい広場

ミニバッグにイラストを描いたり、キラキラシールを貼ったりしてデコっちゃおう!

参加してくれたお子様にはお菓子のプレゼントがあるよ♪

小学生
以下対象

先着
60名様



※写真はイメージです。

参加条件: 小学生以下のお子様対象。当日トナリエ四日市館内で発行された250円以上(税込・割引後価格・合算可)のレシート、または当日発行シネマQRチケットのご提示につきお1人様一日一回ご参加いただけます。

満席となった場合は整理券をお配りする事があります。



- 2月21日(火) 28日(火)
 ①部(日本語) 11:10~12:10
 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

親子リトミック教室

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

- 2月27日(月) 10:30~11:15
 ● 定員/親子6組
 ● 参加費/500円
 ※2月27日は6月分(11月)から(12月)まで

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
 Casa 株式会社

親子ヨガ教室

※ママお一人でもお気軽にご参加ください
 ※ヨガマット・大判バスタオル・お茶や水などの水分をお持ちの上、動きやすい服装でご参加ください。

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

産後ピラティス教室

- 2月14日(火) 10:30~11:10
 対象/産後6ヶ月程度のママ
 ● 定員/8組程度
 ● 参加費/500円



講師
 一般社団法人体カナン・ダンス協会認定 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

- 2月6日(月) 20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ください
 ※お子様は6ヶ月から(託児なし)抱っこひもでの参加もOK

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

協賛

HOUSE CRAFT

- 2月10日(金) 10:30~11:30
 対象/0~15ヶ月くらいのお子さんとママ、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
 米ママ/トモキ 助産師
 奥 友美 先生

協賛

トヨタホーム三重株式会社

助産師さんと話そう!

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

- 2月9日(木) 10:30~11:15
 対象/2ヶ月~1歳11ヶ月までの赤ちゃん
 ● 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。

ベビーマッサージ教室

講師
 エンジョイライフサポーター
 ゆみこ 先生

協賛

HOUSE CRAFT

子育てママのバレトン教室

- 2月7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ください
 ※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

協賛

HOUSE CRAFT

- 2月15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
 ※よく考え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

こどもお絵かき教室

講師
 petapeta art®
 アドバイザー
 小野寺 よしえ 先生

協賛

Casa
 Casa 株式会社

- 2月16日(木) 10:30~11:15
 ①部 10:30~11:15
 ②部 11:30~12:15
 対象/未就学児のお子様と保護者
 ● 定員/毎回親子10組
 ● 参加費/500円
 ※各都府県の内容は同じです。

手形アートであそぼう!

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

おすわりアートであそぼう!

- 2月24日(金) 10:30~11:30
 対象/支えがなくても1人で座れるお子様(1~4才頃まで)
 ● 定員/親子12組程度
 ● 参加費/500円
 ● ティーマ/ひなまつり
 ※撮影機器は各自ご持参ください。
 ※開始時刻から30分以上の遅刻はご遠慮ください
 (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3月分の予約開始

2月1日(水) 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
ルを見つけに来て下さいね。

●2月から作品を委託販売して
いただける作家様募集中！
お気軽にお問い合わせください。



イベント情報

●Wara marche
ハンドメイド作品の販売、ワークショップ、占い、マッサージなど。詳しくはinstagramをチェック！

★2月17日(金)・18日(土) 10:00
～16:00
場所／鈴鹿ハンター1階サブコート
＊マルチエタ店者募集中！お気軽に
お問合わせ下さい。



●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！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
waramarche 横
時間／10:00～15:00

※掲載のイベントは新型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。

SNSでイベント情報配信中！
フォローお待ちしています。

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。

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



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



子育てマイスターのよかパパ生活記

岸田 さとし

■名古屋シュタイナー土曜学校 山里の森 新入生入校説明会

子どもの意志・感情・思考を大切に育むシュタイナー教育を実践している「名古屋シュタイナー土曜学校山里の森」の新入生入校説明会と大人の体験講座が2月11日(土)に開催されます。我が家も頭知識を入れるだけでなく、手足を動かし、末端から中心に向かい育てていく事が大切と考え、土曜学校の手仕事やオイリュトミーの授業へ通わせていました。ピンときた方はぜひ参加してみても？

■チャイルドラインチャリティ映画会 「ゆめパのじかん」

プレパークや居場所があり、安心して過ごせる遊び場の「ゆめパ」映画を鑑賞して、生きる力を育む「じかん」を感じてみませんか？

- 日時 2月26日(日) ①10:00 ②12:30 ③15:00 (上映90分)
- ふりかえりのじかん 17:00~18:00
- 場所/あさけプラザ第1小ホール(四日市市下之宮町296-1)
- 協力金/大人1200円、18才以下800円
- 有料託児は①②のみ有り(要予約)
- 連絡先/059-3633-3728
- 子育ち広場・ドロップイン



▶名古屋シュタイナー土曜学校山里の森ホームページ
▶参加申込みフォーム



連絡先: yamasatonomori@yahoo.co.jp

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」生活講習 —食器片づけ—

12月の親子のせいかつ教室での生活講習は「食器片づけ」でした。年末は大人が特に忙しくなる時期です。子どもたちは自分のことは自分で出来るように、またお手伝いにもなるように、食器の片づけを教わりました。お皿の上にお茶碗をのせ、お茶碗の上にお碗をのせます。お碗は傷つきやすいので番上に置きます。そしてお箸を持ち、指定された場所へ運んで食卓から食器を片づけます。自分で出来る事が一つ、もつと増えていきました。その後、松ぼっくりにフェルトを飾りつけて、素敵なクリスマス飾りを作りました。親の集まりでは「子どもが描いた絵を刺しゅうにしたい」との希望があり、刺しゅうをすることにしました。12月は子どもの絵をトレーシングして布に写しました。1月からはその絵を刺しゅうで再現していきます。楽しい手仕事の時間となりそうです。



■四日市友の会の子育て支援 「親子のせいかつ教室」

※いつからでも参加できます！

●1月28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

■すくすく会

●2月10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

●子ども一人につき50円(託児保険料)

※詳しくはお問い合わせください。

乳幼児を持つ親子の集まり「すくすく会」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 四日市市智積町2910-4

TEL

●059-326-2081(平日昼間のみ)

●090-4447-9131(総合)

Mail

yokkaichitomonokai1939@gmail.com



▲HPはこちら

四日市友の会

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



「ヤンガエルン」
 このようないをカンガエルンと名付けよう。
 カンガエルンモードのパパやママが育てる子の力は論理力(自分が考えていることを綺麗にまとめる力、冷静さ・分析力・思考力・段取り力・計画力など。
 子のカンガエルンは自分で考え、自分で行動した体験、失敗と成功・試行錯誤の経験の積み重ねによって鍛え上げられていく。
 心の中のカンガエルンパワーは強



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『論理』の心のお話じや。
 論理とは、客観的あるいは合理的に考えを繋げまとめることを意味する。
 コンピューター・ママが子育てにプラスに働いたときには冷静な言動、合理的で計画性のある行動をとる子が育つ。
 マイナスに働いたときには打算的情のある人間関係を築きにくい子が育つ。
 また、カンガエルンのパワーが弱まるとカンガエルンはカンガエナインになる。
 カンガエナインになると感情的で事実確認や検討をすることなく、気分で行動をしてしまいがち。
 カンガエナイン・ママが子育てでプラスに働いたときには人間味豊かな愛嬌のある子が育つ。
 マイナスに働いたときには人の言葉をとのみにしやすく、非合理的な行動と失敗を繰り返してしまいう子が育つ。
 カンガエルン・パパ・ママは、子に対して、なんでも自分がしてあげなきゃ、とか、どんな質問にも答えなければ、という思い込みで悩まれない。
 「君なら自分でできるんじゃないかなあ?」「自分で調べて(考えてみてはどうかかなあ?」「君は正解は何かだと思ってる?」と焦らずじっくり待つ結果はどうであれ自分でさせる。
 先入観を持って叱ることもない。
 「なぜ、ああいう行動を取ったのかな?」「どうして喧嘩になったのかな?」「なぜ、こうなったと思う?」



「あのときどうしたらよかったと思う?」と立ち着いた静かな声のトーンと表情で、子の目をまっすぐに見て純粋に問いかける。
 子からの質問には「どうしてかなあ。なぜだろう?」と、子自身の考えを聞いてみる。ときには回答を知らぬふりをして子自身に考えさせる。子が出した答えに必ず関心を示す、あるいは感心をする。一緒に考える。
 親は尊敬されなくてもかまわない、無知で結構。しかし絶対に子の問いかけを放置しないことが大切。
 子が結果や答えを導き出すときにはそばにいて寄り添い、共有する姿勢を示すこと。
 子は親がそばにいないところでもいくつもこなせ、なに・どうしてのクエストにぶつかって、たくさんの判断と決断をしながら成長していく。そのときに「自分で考える心と力」が育つていないと、子の目には社会は恐ろしく映り、いつまでも自立することができない。
 子が人生をたくましく生き抜いていけるようにカンガエルンパワーを使って、子の脳をたくさん働かせ、日々、アップグレードさせていってやりたいものじゃあな。

株式会社オフィス優

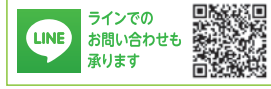


代表取締役/
公認心理師
水野 優子

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
 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ます。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。

「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、広告を掲載していませんか? 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合わせ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/



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



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

2023.1[Vol.133] 2023年1月19日 発行

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



Publisher : 若林 辰也

Producer : 森角 紗羅

Designer : 遁所 有幸・浜口 亜寿香

Editor : 茨木 美有・田口 裕子・鴨田 大



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 トナリエ四日市4F



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15回 子ども応援! わくわくフェスタ」を開催します!

～みんなおいでよ みんなが主役 みんなでつくる こどもの未来～

日 時 令和5年2月4日(土)

10時00分から16時00分まで

※体験の受付は15時までとなります。

会 場

三重県総合文化センター

(津市一身田上津部田1234)

●わくわくスタンプラリー

いろいろなブースでスタンプを集めて景品をもらおう!

※小学生以下。なくなり次第終了

●おしごと体験ブース

板金や銀行窓口業務、看護師・助産師などが体験できます。

●あそびとまなびのブース

野菜ソムリエや丸太切り体験、マイはしづくり、木製キーホルダーづくりなど。

●一日こども食堂ブース(おにぎり・豚汁のふるまい)

※先着500名程度。当日整理券配布
(子ども優先※保護者2名まで可)

●はたらくくるま大集合

パトカーや白バイなどを展示します。

●みっぶるステージ

●フードドライブの実施

●物販・農福マルシェ

●「ファザー・オブ・ザ・イヤーinみえ」表彰式



入場無料

予約不要



詳しくはHPをチェック!

第15回わくわくフェスタ

検索

<https://www.pref.mie.lg.jp/SHOSHIKA/HP/m0329700174.htm>



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〉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



1月中旬～2月中旬の開催スケジュール

【開催日時】

1月24日(火) 2月 7日(火)
1月28日(土) 2月14日(火)
1月29日(日)
1月31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

