

こんにちは 子育て相談窓口です

問合せ 子育て相談窓口 ☎0495-74-0205 FAX 0495-77-2117

～楽しい夏休みを過ごすために～

もうすぐ夏休みですね！

夏休みは楽しいことがたくさんある反面、幼稚園や学校が休みになり生活のリズムが変わることで、食事の心配や兄弟げんか、部屋が片付かない等、いつもと時間の流れも変わりイライラがつのりやすくなります。「夏休み中は、散らかっていてもよしとする」など期間限定でルールを変え、手抜きや息抜きをしながら過ごしましょう。

夏休み中の困りごと	解決方法のヒント
家の中で子どもが騒ぎ続ける	・地域や商業施設等のイベントを活用し出かける
昼食の心配	・簡単に作れるメニューにする(そうめん、チャーハン等) ・お弁当を買う ・子どもと楽しんで昼食を作る(餃子、ホットケーキ等)
自分の時間がない	・トイレやお風呂の時間を長めに過ごす ・美容院へ行くなど自分の予定を立てる
暑さで疲れが溜まりやすい	・好きな音楽を聞いたり、テレビを見たりして気分転換する ・ストレッチなど軽い運動をする ・自分で自分をほめる、誰かに愚痴を聞いてもらう

● アサーション講座のご案内 ●

困りごとがたまると、子どもや家族に対してつい頭ごなしに叱ったり、ことばが強くなったりしてしまいます。子どもや家族のことをとても大切に思っているのに、その気持ちを伝えられずトラブルの原因になってしまうことも…

そんなときに知っておくと便利な、アサーション(自分も相手も大切にしながらも意見を伝える話し方)講座を開催します。ぜひご参加ください。

【日時】8月22日(火) 午前10時30分～正午

【場所】神川町子育て支援センター(丹荘保育所内)

【対象】子育て中のママ・パパ

【受講料】無料

【講師】天野 喜代美 公認心理師

【申込み方法】

子育て相談窓口 ☎ 0495-74-0205

子育て支援センター ☎ 070-4424-6288

【その他】託児付き(母子愛育会協力)



神川町は埼玉西武ライオンズのフレンドリーシティです

問合せ 生涯学習課 生涯スポーツ担当 ☎0495-77-4651 FAX0495-77-5066

神川町は2019年4月からフレンドリーシティとして、埼玉西武ライオンズと連携・協力し、「スポーツ振興」「青少年の健全育成」「地域振興」という3つの柱で、各種事業に取り組んでいます。

5月12日(金) 青柳小学校 ベースボールチャレンジ・ティーチングセミナー



ライオンズベースボールアカデミーコーチで元プロ野球選手の星野智樹さん・戸川大輔さんが講師として訪問し、3・4年生を対象に、投てき能力および体力低下の改善を目的とした体育の授業を実施しました。



同日放課後、同講師の星野智樹さん・戸川大輔さんより、青柳小学校教員を対象に、ベースボール型授業についてのセミナーを実施しました。

5月16日(火) 丹荘保育所 レオ・ライナとたのしくあそぼう！



球団マスコットのレオと、公式パフォーマンスチーム bluelegends(ブルーレジェンズ)のNatsumiさん・Rinkaさんが訪問し、一緒にダンスを踊ったり、ボールを使ったゲームをしたり楽しく遊びました。