

# のびす(仙台) イベント報告



## 10/10(水) グループ相談 「ママのからだのケア」

講師: 藤田 愛さん(山形大学医学部看護学科准教授)

お母さんたちの日頃の体の痛みや悩み、心配なことなどに、講師からアドバイスをいただきました。

おっぱいに関する相談が多かったのですが、腰の痛みや、髪の毛に関する悩みも出されました。「授乳で乳首が切れてしまい痛い、受診のタイミングは？」との問いには「痛い思いを我慢しなくていいので、早目の受診を」というアドバイスがありました。

腰痛に関しては、骨盤体操だけでなく腹筋、背筋も鍛えるようにする。体に負担の少ない抱っこやおんぶの仕方を工夫する。との話がありました。

参加者からは、「ママ自身の体のケアについてのイベントがあまりないので、参加できてよかった。」「悩みや心配が少し解決できてよかった。」との感想が寄せられました。

## 10/26(金) のびハロ@一番町

【共催】青葉区中央市民センター

18組37名の親子が参加。お菓子を入れる手づくりバックにオバケやかぼちゃの飾り付けをした後、子どもたちはかわいく仮装をして一番町へ繰り出しました。

「トリック・オア・トリート!」の合言葉をうっかり忘れて、「ちょーだーい!」という子どもたちのかわいい声にお店の方もお客さんも思わず笑みがこぼれます。

元気いっぱい歩いて、戻ってからおやつタイムを楽しんでいました。

笑顔がいっぱいの楽しい「のびハロ」でした。

## 10/24(水) 親子でおでかけ in 西公園

講師: 佐々木 啓子さん(プルーリーダー)

前日と当日の朝方に大雨が降り足元は悪かったが、お天気には恵まれて気温も丁度良く過ごしやすい一日でした。自然の中で親子一緒に、落ち葉や木の枝を拾って遊んだり、泥や土に触れたりして楽しむ姿が見られました。

雨上がりだったので、普段の公園では見られない虫やミミズが顔を出し、子どもたちは興味津々。声を出して喜ぶ姿を見て、お母さんたちも一緒に探したり、触ったりしながら、散策を楽しんでいました。



## 11/22(木) グループ相談 「子どものおもちゃ」

講師: マミーさん(おもちゃコンサルタントマスター)

「手づくりおもちゃは、身近にあるチラシや牛乳パックなどで簡単に作ることができます。親子で一緒に作ったり、遊んだりできるので良い思い出にもなります。」

また、「発達に合わせたおもちゃを選ぶと五感が刺激され、運動能力も高まっていきますよ」とのお話もありました。

Q: 市販のおもちゃはすぐに飽きてしまいます。

A: 既製品のおもちゃは遊ぶ順序や遊び方が決まっているので、次第に興味を薄れてしまいます。子どもは想像したり、見立て遊びが大好きなので、シンプルでいろいろな遊びができるおもちゃを選ぶといいですよ。

## 家族のかたち 「特別養子縁組編その5」

私たちは子どもたちに「ずっと家族だよ」「大好きだよ」、そして「あなたを産んだ人がいる」(血のつながりが無い)ということも伝えていきます。「真実告知(しんじつこくち)」と言われるお話しは、特別養子縁組で家族になった私たちにとって子どもと向き合い続ける大切な時間です。

子どもたちにも、周りの人たちにも、必要に応じて「特別養子縁組で家族になった」ことを話しています。私には産めない事情がありました。子どもを産んだ女性には育てられない事情がありました。けれど、子どもには大人の事情は関係なく、堂々とまっすぐに生きてほしい。

血のつながりは家族のかたちの一つ。夫婦だって、お互いに出会い、愛し合い、家族になります。出会った子どもと共に、ご飯を食べたり遊んだり寝たり怒ったり笑ったり…日常の生活や時間を積み重ねながら「そのうちの家族のかたち」をつくっていく。家族はいつでも、現在進行形! だから、言葉にすることを大切にしています。

私に「産んでも産まなくても、子育てに変わりはない」と言ってくれたのは、産んで育てている周りの子育て仲間たち。信頼関係がある子育てが温かいものだ教えてもらいました。



子どもの遊び場づくりをしている3児の母親 佐々木啓子(すず)

【お知らせ】平成31年3月1日(土)10時~12時 仙台市内にて、「よーし・えんぐみ家族に聞いてみたい! 知りたい! 10の質問」を開催します。  
検索⇒よーし・えんぐみ café (Facebook ページ)