

# のびすく泉中央 まったいやま 3月号 Vol.130



nagiVazu

発行:仙台市子育てふれあいプラザ

のびすく泉中央

■住所:仙台市泉区泉中央1丁目8-6

■TEL:022-772-7341(ひろば・託児)

■URL: http://www.nobisuku-izumi.jp/

携帯サイト: http://www.nobisuku-izumi.jp/mobile/

■開館時間: 10:00~17:00(託児室 16:30まで)

■休館日: 月曜(祝日を除く)、祝日の翌日

□企画・編集: 一般社団法人マザー・ウイング



春の訪れとともに、新たな生活を迎える方も多いのではないでしょうが、どんなときも、のびすくは皆さんを応援しています♪



育ちの楽校  
『がんばらない  
子育て』  
☆開催しました☆



1月24日(金)「キャブネット・みやぎ」の鈴木俊博さんをお迎えし、「育ちの楽校」を開催しました。「子育てが辛い」「思うようにならずイライラする」そんな思いの12名のママの参加がありました。

お子さんを託児に預け、ママ達だけの時間。「私は」を主語に、日々子育てに向き合う自分の気持ちを表し、お互いに話を聞き合うという体験をしました。「自分ってこんなに頑張っていたんだ」「1人じゃないと思えた」「話したらスッキリした」と、抱え込んでいた心が軽くなったようでした。

〈先生からのお話〉  
①気持ちに良い・悪いのジャッジをしない。「そうだよね」と言って、受け止めてあげる。気持ちと行為は分けて考える。まずはママ自身、自分を大切にすることが必要。  
②子育ては1人でできることではない。辛さや弱さは安心できる場所で「助けて!」と言おう。情報公開することが健康な子育てに繋がる。

のびすく各館には『子育てコーディネーター』の相談員がいます。1人で抱え込まず、何でもご相談ください。

## ♪令和2年度ママボラ募集♪

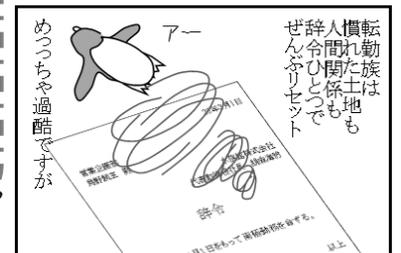
「子育て中だけど何かやってみたいわ!」のびすくに来る親子のために、何かお手伝いしたい」というママ! スタッフと一緒に、ママボラさんとして、イベントのお手伝いなどのひろば作りをしませんか? 子育て中の今だからこそできるボランティアです♪ やってみたい気持ちをスタッフは応援します!

＜ママボラ説明会を開催します＞

日時: 3月5日(木) 10:30-12:00 場所: のびすく泉中央 4F 活動室  
内容: 活動の説明、先輩ママボラさんからの体験談も聞けます。



## ペンギンが行く! A.noriko



## ♪イベント開催のご案内♪

～にこぱる～

### 『シングルママあつまれ!』

シングルで子育てをしているママ同士、おしゃべりをしたり、情報交換をしたりする時間です。「こんな時、あんな時...他のママはどうしているのかなあ?」などなど、お互いに共感し合いながら、ゆっくりお話ししましょう♪

日時: 3月22日(日) 10:30~12:00  
場所: 4F 活動室  
定員: 8名 (お子さん連れOK)  
受付開始日: 3月6日(金)~要申込

## ～小学校へ入学するみなさんへ～



### 『ご入学おめでとうございます』

4月から小学校に入学する皆さんは、3月でのびすく卒業となります(ご利用は3/31(火)までとなります)。今までのご来館、本当にありがとうございました!(乳幼児のごきょうだいと一緒の場合は、小学生でもご利用いただけます)



## ～『託児室から』～

託児室には、赤ちゃん向けのものから、大きい子が楽しめるものまで、色々なおもちゃがあります♪ トーマス、車、新幹線はいつも大人気!! ビューンと手で走らせて遊んだり、並べてじーっと見てみたり(#^#) お子さんの遊び方も様々です。おままごとはトントン、ぐつぐつ、みんなとってもお料理上手! 「はい、どうぞ!」とお友だちやスタッフと楽しんでいきますよ♪ 他にもお子さんに楽しく過ごしてもらえるようなおもちゃを用意してお待ちしていますので、是非遊びに来てくださいね♪ (みかん)



★一時預かり(生後6ヶ月~就学前)★1時間 600円(1時間以降30分300円) ☎022-772-7341

◆作者プロフィール◆  
のびすくのママボラ  
ンティアをきっかけ  
に、2012年より本誌  
の4コマを担当している。2児のママ。