



のびすく仙台

イベント報告



10/14(金)グループ相談 「おそとあそびのヒント！」

講師：佐々木 啓子さん(プルーリーダー)

親子で楽しめるお外遊びのヒントなどのお話のあとに、葉っぱや木の実などに実際に触れて遊びました。丸めた手の上で大きな葉っぱを叩くと、大きなパン！という音と丸い穴が！パパやママも挑戦すると、子どもたちも興味が湧いたのか葉や草で遊ぶ様子がみられました。

「大人が楽しむ姿をみると子どもも楽しくなります。遊びへの入り方、楽しみ方はそれぞれ、子どものペースと一緒に楽しみましょう。危ない、汚いはひとまず置いて、子どもの後ろを歩いてみよう」などお話がありました。

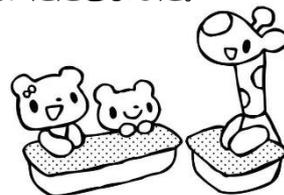
参加者からは、「身近にあるもので楽しめることが分かり、公園へ行きたくなりました」「心配が多かったがリスクと刺激のバランスを上手にとっていこうと思う」との感想もありました。

10/16(日)保育園サロン

来春保育所への入園を考えている方を対象に、保育園サロンを開催しました。青葉区役所より保育サービス相談員さんにお越しいただき、申込の手続きや入園までのスケジュールについてお話をさせていただきました。

後半は、先輩ママも交えてグルーptークを行い、保活についてのお悩みをみなさんでお話ししました。

参加した方からは「知らなかったことが聞いて良かったです」「不安や疑問に感じていたことを解消できて良かったです」などの感想をいただきました。



息抜き できていますか？

我が子はとてもかわいいけれど、「少し疲れたな…」「しんどいな…」と感じていませんか？ そんなときは無理をしないで、息抜きしましょう。みなさんはどんな風に息抜きしているのか聞いてみました。

プチ贅沢系♪



ネットスーパーで買い物する際に自分用のスイーツを買うのが楽しみ♪



夫が出張や飲み会でいない時は自分の分だけケーキ屋さんのケーキを買う。



デリバリーを活用して美味しい物を食べて自分も楽しちゃいます。

子どもと一緒に楽しむ♪



サイクリングで街中探検！お昼も外で済ませちゃう♪



クッキー作りで遊びとおやつ調達の一石二鳥！



ポップコーンやドリンクを用意してお家で映画館ごっこ♪

こどものお昼寝タイムは好きなことをする時間に♪



はまっているドラマ鑑賞。観終わった後は余韻に浸ります！



裁縫が好きなのでひたすらミシンで作品作りをします。



スマホアプリで漫画を読む！無料で1日数話ずつ読んでいます。



着れなくなった洋服などをフリマアプリで売った売り上げで好きなものを買っています。



今は難しくても将来やりたいことリストを作ってワクワクしています。

息抜きタイム 捻出アイデア！

- * 家族が起きる前に早起きして自分の時間にする。
- * 子どもには体を使う遊びで疲れてもらい、たくさんお昼寝してもらう。
- * おじいちゃんやおばあちゃんに手伝ってもらう。
- * 一時預かりを活用する。
- * パパとママ交代でひとり時間を確保する。

パパとママの リフレッシュを 応援！

のびすくの一時預かりは

お仕事や通院等の理由がなくても、リフレッシュ目的でご利用いただけます。

対象年齢：生後6ヵ月～就学前まで
料金：1時間 600円 (以後30分ごとに300円)

預けることが初めてでも大丈夫！
まずはスタッフにお気軽にご相談ください。

