

拠点児童館とは

児童の健全育成や子育て支援に加え、神戸市総合児童センター（こべっこランド）と連携した専門性の高い子育て講座の開催、発達がゆっくりな子どもと保護者を対象とした事業を実施しています。

また、各区社会福祉協議会や行政等と連携して、子どもや子育てに関する地域の課題解決につながる取り組みを実施しています。子育ての悩みなどお気軽にご相談ください。

拠点児童館の事業について

事業名	内容	対象
子育て講座		
赤ちゃんとのふれあい講座	赤ちゃんの発達について学び、赤ちゃん体操やみんなでトークを楽しみます。講座中は赤ちゃんの託児を行います。	講座開始日に生後4～6か月の乳児と保護者
おねしょをとおした子育て講座	講師のアドバイスを受けながら、おねしょや子育てについて、グループで考える講座です。	おねしょがある小学1～3年生の保護者
学齢期・思春期子育て講座	専門講師の講義や、体験学習を通じて親子のコミュニケーションを見つめなおし、子どもへの理解を深める講座です。	概ね4歳から小学生の保護者
指導者向け講座		
保育現場で活かすインリアル・アプローチ	子どもとのより良いコミュニケーションを目指し、講義とワークで子どもとのやり取りの基本的な技法と支援者としての留意点を学びます。	児童館職員・保育士 幼稚園教諭・放課後等デイサービス職員など
保育現場で活かす感覚運動あそび	感覚統合理論に基づき、実習を通して、子供の成長・発達を促す運動遊びについて学びます。	
発達がゆっくりな子どもの居場所		
J - cafe idoukan	子どもたちがのびのびと遊び、保護者はゆったりと過ごせる居場所です。お気軽にお越しください。	発達がゆっくりな子どもと保護者
その他		
防災プログラム・学習支援・こどものおべんとうひろばなど、各拠点児童館で工夫した事業を行います。		
子育てシニアサポーター	神戸市総合児童センターの養成講座を受講した方が、児童館での専門講座の託児や児童館ボランティアとして活動を行います。	

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、内容、定員が変更になる場合があります。

拠点児童館

東灘区 魚崎児童館
魚崎中町4丁目3-16
☎078-453-2662

NEW!!

灘区 原田児童館
王子町2丁目3-1
☎078-801-5205

北区 泉台児童館
泉台3丁目39-3
☎078-592-3768

北区 有野児童館
有野中町2丁目20-19
☎078-987-2010

長田区 細田児童館
細田町7丁目1-30
☎078-612-3797

須磨区 落合児童館
中落合1丁目1-25
☎078-791-7644

垂水区 愛垂児童館
瑞ヶ丘6丁目17
☎078-707-4527

西区 有瀬児童館
伊川谷町有瀬字金井場1137-8
☎078-974-6318

子育て応援

24号

2020.11.1

きょてん

児童館ニュース



トピックス

今、“子育て”とどう向き合う？
～こべっこランド 臨床心理士にインタビュー～



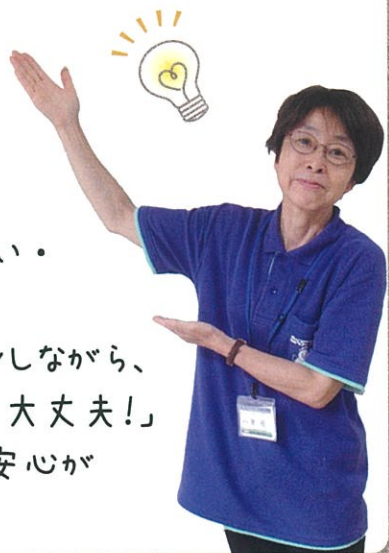
今、“子育て”とどう向き合う？

「ソーシャルディスタンス」「3密」など、皆さんは、「新しい生活様式」には慣れてきましたか？
 なんだか「もやもや」している方も多いのではないのでしょうか・・・
 こべっこランドの後藤心理士、上田心理士からのアドバイスです。

～ストレスや不安による子どもの心のサインと対処法～

乳幼児（保護者）の皆さんへ

言葉でうまく言えないことが多いので、“寝る・食べる・排泄する”といった生活リズムの不調がストレスサイン（ストレス以外が原因と要区別!）です。それから、いつもよりも“かんしゃく・後追い・ぐずぐず・甘え”が強くなったりもします。「あれっ?」と思ったら、抱っこやハグ、ヨシヨシしながら、「そうか～○○ちゃんは△△が怖かったのかぁ。大丈夫!」と伝えてください。受け止めてもらえたら安心が生まれます。



児童（保護者）の皆さんへ

小・中学生は少しずつ言葉をつかって自分の気持ちや考えを伝えられるようになってきます。しかしまだネガティブな感情をコントロール出来ず、振り回されてしまう年齢でもあります。身体の不調を頻繁に訴える、いつもよりベタベタ甘えるなどの行動もストレスのサインかもしれません。子どもたちは、皆さんの想像よりずっと外の世界で頑張っているものです。家庭はほんと安心、肩の力を抜きエネルギーを充電できる場所にしたいですね。



ストレスや不安は、大人も同じ

親子でホッとタイム（ストレス解消法）

実は、「大人がリラックスしていること」⇒「子どものストレス解消」だったりもします。緊張して交感神経が頑張っていると、つい吐きすぎたりするものです。そんな親子へのお勧めは、

① 静まれ交感神経

一緒にゆっくり深呼吸：「ゆっくり吸って～吐いて～」と動作をつけてやってみましょう。

② 笑って免疫アップ

一緒に鏡で顔体操：一緒に鏡をのぞき込み、リスの顔、変顔、etc. 顔体操をして笑いましょう。習慣にできるといいな。



大人のセルフケア（気持ちリセット法）

新型コロナウイルスについて、連日大きく取り上げられています。そのようなニュースは知らないうちにストレスになっているかもしれません。正確な情報を得ることは大切ですが、時にはニュースから離れ心が疲れなないように気をつけましょう。

紅茶やドラマなど自分の気持ちを上げるセルフケア方法を1つ持っている、気分転換が出来て良いですよ。

気持ちを話すことで
 楽になることもあります。
 拠点児童館などお気軽に
 ご相談ください。



質問コーナー

Q1 コロナ禍で、たくさんのお友だちと前のように遊べなく、子どもが児童館（学童保育）に行くことを嫌がっています。どうしたらよいでしょうか。

A1 児童館での新しい楽しいことを見つけてみよう! お子さんがどういうことに興味があるのか保護者の方も一緒に考えてあげられると良いですね。それを先生に伝えてみて下さい。

Q2 子どもがやりたくないこと、苦手なことに取り組ませるには、どうしたらよいですか。

A2 目標の行動をできる程度に分割してスモールステップにしてみても? 競争ゲームやご褒美でお子さんがワクワクすることが大切です。達成具合もまずは「25%出来たら褒める」から始めましょう。



～発達がゆっくりな子どもの居場所～

J-cafe
idoukan



お子さんはのびのびと遊んで、おうちの方はゆったりとおしゃべり。ホッとできる居場所です。気軽に来てください。



無料・当日自由参加

区	拠点児童館	実施曜日	実施時間
東灘	魚崎児童館	水曜日	10:00～12:00
灘	原田児童館	月2回 金曜日 月2回 土曜日	10:00～12:00
北	泉台児童館	金曜日	10:30～11:30
	※開催場所：北区役所（予定）現在は、「リモートカフェ」を開催		
	有野児童館	火曜日	10:30～12:00
長田	細田児童館	火曜日	13:15～14:45
須磨	落合児童館	水曜日	10:00～12:00
垂水	愛垂児童館	木曜日	13:00～14:30
西	有瀬児童館	月2回 木曜日	13:00～15:00
		月2回 土曜日	10:00～12:00

魚崎児童館 リニューアル!!

児童館が1階と3階になります。遊びに来てね!



授乳室もあるよ!

学童室

泉台児童館



北区に2つめの拠点児童館が新しく仲間入り!

広いプレイルームは昨年11月に内装をリニューアルしたばかり

