

Happy mama



12月号♪

2010. Vol.61



name: 山口 ^{かなこ} 佳奈子 (3歳11ヶ月)

リンゴ狩をみんなで楽しんだ時の写真です。

元気いっぱいの笑顔をいつも大切に!

すくすくと育ててください。(ママより)



特集 「ワーキングマザー」

12月。2010年もあとわずかになってきました。

来年はどんな年になるのでしょうか?

去年は新型インフルエンザの大流行で大変でしたね。今年はノロウィルスの大流行がささやかれています。外出から帰って来たら手洗いを!!そして体調管理にも気をつけましょう。

今月のテーマは“ワーキングマザー”。「いつ頃から仕事に出ようかな」と思っていないませんか。現在3歳以下の子を持つ家庭の80%は家庭で子育てをしているそうですよ。

ハッピーママの創刊も6年目に入りました。



元編集長からのメッセージ



創刊して早5年、卒業して1年半。こんなに続けて下さって感謝感謝です♪♪

創刊当時は、地元重視の子育て情報紙はありませんでした。あるのは、専門家の栄養や子育ての話ばかり。普段の公園や子供服のお店などの情報を聞いたり、同じママ達と子育ての話をしたりしてみたいと思って始めました。

おかげさまで、たくさんのママと出会い、取材と称して色々なおしゃべりをするのも楽しかったですし、書くことでストレス発散もできました。とてもすてきな思い出です。

みんなの辛かった経験も楽しかった経験も誰かの「happy」につながっている、そんな温かなつながりや自分のささやかな気持ちを書く楽しみを提供できる「happy mama」であってほしいなと思います。

＝ワーキングマザー＝

さあ！来年は・・・子ども！ 幼稚園！ 仕事復帰！ 色んなことが・・・
 ハッピーママを書き始めたころの先輩ママに、現在の状況をお聞きしました。



<こんな質問をしてみました>



- 0 仕事はしていますか？ ・はい ・いいえ
 ① いつから？ ② どうして？ ③ 子どもは
 ④ 困ったことは？ ⑥ 手伝って欲しいこと
 ⑤ 良かったこと？ ⑦ その他伝えたいこと、現状など



<7歳のママ>

- ① 子どもが4歳 ② 家計の為 ③ 幼稚園へ
 ④ 子どもが熱を出した時突然休まないといけない時
 ⑤ 外の世界とふれあうことができた
 ⑥ 家事、育児
 ⑦ 子どもが小さい時は親子で時間をたっぷり使うべきだ

<6歳、4歳のママ>

- ① 下の子が2歳 ② 家計の為 ③ 幼稚園へ
 ④ ・子どもが病気の時・幼稚園行事で仕事を休みにくい
 ⑤ 仕事が休みの日にママ友とランチへいけるのが唯一息抜き
 ⑥ 家事、育児



<6、5歳のママ>

- ① 下の子が3歳 ② 収入を増やしたかった
 ③ 幼稚園へ
 ④ ・時間が限られて毎日バタバタすること。・子ども達を遊びに連れ出すことが少なくなった（散歩、公園など）
 ⑤ ・家庭以外の世界が広がった ・時間がない分要領よくできるようになった。
 ⑥ ・家事、育児 ・子どもが病気の時の手伝い
 ⑦ 周囲の協力が無いとできないと思う。
 ご主人の両親にも甘えられるだけ甘えて、手伝ってもらおうと思う。

<7、5歳のママ>

- ① 下の子が2歳
 ② 保育料の為、自分の為、育児・家事での〇〇発散！
 ③ 幼稚園へ
 ④ ・子どもが熱を出した時なかなか迎えにいけなかった時 ・家事が少し？手抜きになってしまった
 ⑤ 新しい友達ができた。自分へのご褒美を買ったり・・・
 ⑦ 身体を壊さない程度で無理せずやっています。
 子ども達は毎日のように友達と戸外で遊んでいます。
 私はママ友にパンの焼き方を習ったり、幼稚園のパパ友、ママ友とミニバレーで汗をかき発散したりで自分の時間を楽しむようになりました。



<8、6、3歳のママ> =育児休暇をとったママ=

- ② 何歳まで： 1人目ー2才2ヶ月 2人目ー2歳半 3人目ー2才3ヶ月
 但し育休が重なったので、最終的には1人目小学校1年まで、2人目4歳半まで家にいました。
- ② 育休期間： 一人に2年ちょっと。産休もあわせると7年間。恵まれています、実際にはこんなに長く取る人はほとんどいません。
- ③ 保育園へ： ぎりぎりまで悩み、夏休みを含めいつも預かってくれることや、延長時間、費用などを考慮して決定
- ⑤ 大変なとき： 病気と疲れがたまる時がある（親も子も）。子どもの話を聞くばかりで、ゆっくり自分のことをしゃべる時間が無く、ストレスがたまる時がある。
- ⑧ 困った時の対処法： 病気の時は、私と夫が交代で休み、長引く時は両方の実家の親に頼っている。その為、とにかく仕事を時間内に終わらせるよう休み時間も仕事をして、すぐに変えることを必須に！！子どもが起きているときは子どもに合わせ、仕事が残っている日は朝4～5時頃起きてやっています。休日は子どものしたいことに合わせてゆっくり過ごすようにしています。
- ⑨ 夫の理解： 非常にあります。家事も子育ても完璧なので、彼の方が疲れきっているときがあります。

☆ 「☆ キラキラライフ with Babie's Smile ☆」 ☆ ☆

この時期、やっぱり気になるのが乾燥。乾燥肌の私にとって、カサカサとの戦いの始まりです。似ないでいいところが似てしまうんですね。長女も悲しいかな、乾燥肌。今年もカサカサとの闘いが始まりました。

まず、朝の洗顔後は保湿ローションが欠かせません。そして、リップもたっぷり塗ります。(塗らないと、こっちが見ていて痛々しいほどに口角がひび割れてくるんです)

お風呂あがりはお断大敵！さっとかからだを拭いたら、すばやく保湿ローションを塗ります。お風呂からあがってからは、時計との睨めっこ。全身に塗り終えたら、掻きむしってしまったところに軟膏を重ねます(皮膚科でいただいた軟膏で、荒れた皮膚を修復してくれるそうです)。

あと気をつけていることは、お風呂でからだを洗うとき。石鹸を泡立てたら、素手で撫でるように、やさしく洗います。そうすることで、肌との摩擦を減らし、皮膚が傷つきにくくなるようです。

*YAMO：年長さんと年少の二人の女の子のママ。

“定例かすたねっとサロン”

11月 さつまいも収穫祭

お天気にも恵まれ、今年もたくさんの親子で楽しみました。自然の中で土をいじるのが初めての子もいれば、むしが怖くない子もと・・・色んな体験ができました。芋ほり後の“イモパーティ”これも皆楽しみなんですよ



収穫祭で人気が高かったメニューです
あなたもつくってみませんか？

<芋ロールの作り方>

材料

- ・さつまいも 300g
- ・砂糖 大さじ 2
- ・マヨネーズ 大さじ 2
- ・塩 少々
- ・ホットケーキミックス 1.5カップ
- ・水 適量

作り方

1. 芋の皮をむき切って水に5分漬けて、水をかえ塩少々を入れて煮る
2. 煮えたらマッシュポテト状につぶす
3. ②に砂糖、マヨネーズを加え、よく混ぜる
4. 親指程度の大きさに分けておく
5. ホットケーキミックスに水をいれ、だまできないようよく混ぜる
6. フライパンを弱火で熱して、⑤のたね大さじ1杯をフライパンにいれ、薄くのばし、表面が乾いたら④にあんこをのせて巻く

*焼くときには最後まで弱火、フライパンには油はひかない

<12月かすたねっとサロン> ~ミュージカル&クリスマス~

今年度も恒例の女子短の学生さんによる“ミュージカル”です。クリスマス会ではサンタさんも登場！
今回のミュージカルのタイトルは



いつ：12月17日(金曜日) 10:30~11:45

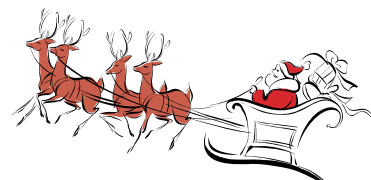
とこで：諸富町公民館 講堂

参加費無料

駐車場：ふれあい広場 Pへ

<第二部 クリスマス会>

むつごろう文庫より“布おもちゃのブース”で色んな遊びに挑戦しましょう



12月

ふれあい広場だよ



“ふれあい広場”は地域子育ての「フリースペース」

～ ♡支えあい、♡ふれあい、♡学びあう ～

いつでも気軽に立ち寄り、誰かに会え、ゆったりとみんなで過せる子育てスペースです。

★下記のスケジュールは出会いのサロンです。参加は自由、あとはフリースペースに変わります★

* 赤ちゃん広場は別室で行います。スタッフにおたずね下さい。

日	月	火	水	木	金	土
			1 10:30～11:15 手作り布おもちゃ で遊ぼう	2	3 10:30～11:15 広場で絵本	4 10:30～ おはなし会 (図書館)
5	6	7 赤ちゃん広場 10:30～ わらべ歌と絵本でふれあ いタイム 対象:0歳児	8 10:30～11:15 にこにご広場 アンパンマン体操 手遊び 小麦粉粘土	9	10	11
12	13	14 9:00 子育て講座申込み	15 10:30～11:15 にこにご広場 アンパンマン体操 手遊び クリスマス会	16	17 10:30～ かすたねっとサロン ミュージカル&ダンス 予約不要無料(公民館)	18
19	20	21	22 10:30～11:15 さんさんさんひろば つくって遊ぼう「ころころこま」	23	24	25
26	27	28 大掃除(休館)	お休み 12/26～1/4		31	

～ふれあい広場から～

佐賀市産業振興会館 1階 (諸富町ハートフル横)

* 開館時間: 火～土 10:00～16:00

* 休館日: 月ようび、日ようび、祝祭日(年末、年始)

* 利用対象者: 0才～就学前の乳幼児とその保護者・家族
(保護者が必ず付き添ってください。)

* 利用料: 無料です。予約は必要ありません。

* 情報はホームページでも案内しています <http://www2.saganet.ne.jp/morosya/>
・ kosodateshien-c@scshakyou.jp (子育て支援センターふれあい広場)

佐賀市諸富支所 | マミズ 至大川
208号線 | 諸富警察
ふれあい広場 | ハートフル
☎ 34-8211



～「子育て講座Ⅲ」の案内～ (諸富支所開催)

佐賀市社会福祉協議会では子育てで不安を抱えている方々へ
子育て講座を開きます。お子さんとともに学んでみませんか。

* 対象: 佐賀市近郊にお住まいで1歳未満児の保護者

- ①1/18 (火) 「乳幼児の成長」
- ②2/1 (火) 「離乳食をつくってみよう」
- ③2/15 (火) 「乳幼児救護法」～救急時の対策～
- ④2/22 (火) 「ベビーマッサージ」

時間: 10:30～12:00

* 参加費: 無料(材料費のみ別途必要)

* 申込み: 12/14(火)9:00 から電話受付 ☎34-8211

～「子育てサポーター講座」の案内～

子育てを支えるのは身近な地域のあなたです
一緒に学び、地域の子どもの成長を見守りましょう
場所: 社協地域子育て支援センター(諸富)

日程・内容

- ①1/15(土) 「子育て支援とは」
- ②2/5 (土) 「乳幼児の成長」～沐浴実習～
- ③2/12(土) 「離乳食をつくってみよう」～実習～
- ④2/19(土) 「救急時の対策」

参加費: 無料(材料費のみ別途必要)

申込み: 1/7(金)9:00 から電話受付 ☎34-8211

