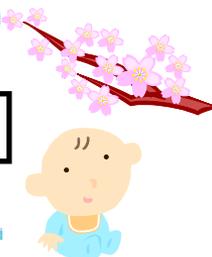


NPO法人 子育て応援ナビぽっかぽか

ぽっかぽか通信 **プラス**



第5号 平成25年 3月21日 発行

出張ひろば・ぽっかぽかプラス

〒710-0813 倉敷市寿町9-2

TEL (086)441-5660 <木・10:00-15:00>

平成25年度始まりますよ！今年度もどうぞよろしくお願い致します。
継続利用の方は更新をお願いします。スタッフにお声掛け下さいね！

出張ひろばは引き続き毎週木曜日開設です。
ぽかぽか暖かくなり、近所の公園や倉敷みらい公園に遊びに行きたくなりますね♥



4月 4日(木)

10時から15時まで

4月11日(木)

10時から15時まで

4月18日(木)

10時から15時まで

4月25日(木)

10時から15時まで



「子育てプラス」

アリオ倉敷から1
本中の道を入ったら、閑
静な住宅街。平屋の普通
のおうち。幼稚園の中の
ひろばとは雰囲気が違う
よ。



子どもの望んでいることを聞きすぎるのが「過保護」。子どもが望んでもいないことをやらせすぎるのが「過剰干渉」。

「手をかける」とは、「心をかける」ことです。

過保護が子どもを悪くすることはありません。しかし、過剰干渉は子どもの自立をもっと阻みます。

子どものために時間をさいてあげるので。そうすることで、子どもは保護されている、歓迎されているという安心感から、だんだん安定するこ

児童精神科医 佐々木 正美先生

4月♥旬の食べ物は…？

4月は新しい環境や人との出会いの月。希望に胸が膨らむ一方、新たな環境への対応で気付かぬうちにストレスを感じ、体調不良を起こすことがあります。

体内のバランスを調整する自律神経の「交感神経」と「副交感神経」が入れ替わる時期にあたるため、春は不安定になりやすいのです。

香りのある野菜を豊富にとって心身をリラックスさせ、同時に細胞の酸化を防ぐ食生活を心がけ、冬の体から春の体に切り替わる時期を、上手に乗り切りましょう。

とができるはずです。

子どもの望みをぜんぶ満たしてあげられる、過保護な親になりましょう。

自分が話すよりも、子どもにたくさん話してもらうことです。一生懸命、ただただ聞いてあげる。これがすべての人間関係を築く原点です。



春分の日とは？

昭和23年に「自然をたたえ、生物をいつくしむ日」と制定されました。

また、お彼岸の中日でもあります。この日に故人の霊を供養すると、迷わず極楽浄土に成仏できるといわれており、死者の冥福を祈り、仏供養、おはぎ(ぼたもち)、草餅、五目ずし、稲荷ずしなどを作ってお墓参りをします。

「暑さ寒さも彼岸まで」というように寒さも峠を越して温和な気候になります。



※ 専用駐車場はありません。近隣の有料駐車場を利用下さい。ひろば周辺の駐車場はすべて月極駐車場です。絶対に駐車はしないで下さい。

11時30分から13時は、ランチタイム！お弁当を持ってきて皆で食べましょう♪



アリオ倉敷

なんば
入庫
ここ
無料駐車場

〇〇〇

JR倉敷駅

まつだ
パーキング

↓ 寿町踏切へ

