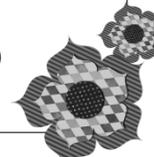


# ぽっかぽか通信

ひろば・ぽっかぽか・10月の予定

第80号 平成27年9月17日発行  
ひろば・ぽっかぽか  
(倉敷市中央2丁目7-1 倉敷幼稚園2階)  
TEL & FAX (086)427-5550



月 10時～15時	火 10時～15時	水 10時～15時	木 10時～15時	金 10時～15時
10/13(火)は、幼稚園振休のため、お休みです。			1	2
5	6	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30

## さろん♪ぽっかぽか・10月の予定

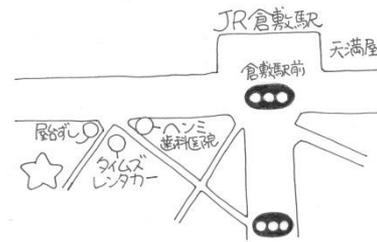
倉敷駅前に「さろん♪ぽっかぽか」誕生！  
赤ちゃんタイム&きれいなママ講座は、  
毎週火曜日10時から13時まで開催しています☆

ひろばにて開催していた、赤ちゃんタイムときれいなママ講座を倉敷駅前にある「さろん♪ぽっかぽか」で毎週火曜日午前中に開催しています。普段のひろばとは違う雰囲気の中で、ゆったりと過ごしましょう。

さろん♪ぽっかぽかは、JR倉敷駅南口から徒歩3分。「タイムズレンタカー」「や台寿司」の間の道を入ってすぐの民家です。

10月20日(火) 10時から12時まで  
きくちゃんの何でも相談タイム

助産師や看護師など、さまざまな経験をもつ長谷川喜久美さん(きくちゃん)がひろばに来てくださいます！日頃の悩みをぜひ相談してみてくださいね。大人気の時間なので、先着順でお願いします。ゆずりあいながら相談タイムを過ごしましょう。



10月7日(水) 10時から11時30分まで  
O+1(ゼロいち)タイム

赤ちゃんタイムを卒業した親子さん、現役赤ちゃんタイム利用の、0~1歳児の親子さんの時間です。皆で輪になってワイワイおしゃべりしましょう♪会うたびに大きくなっていく子ども達の成長が楽しみ！

10月16日(金) 13時から14時まで  
ボールプールであそぼう！

ビニールプールの中にたくさんのボールを入れました。ボールの中に入ると、大人も自然とリラックス！最初は遠くから見ていた子ども達も、次第に楽しんでいっている様子が見られます。小さいお子さんの参加の場合は、安全に気を付けてあげてくださいね。

10月14・28日(水) 13時30分から15時まで  
ぽこ×ぽかタイム(事前予約制)

お子さんの発達や行動面でちょっと気になることがある・・・という保護者の方と子ども達のための時間です。お子さんへのかかわり方について、ゆっくり一緒に考えてみませんか？各回5組まで。

※通常のひろばは10時から12時までです。

10月27日(火) 10時から13時30分まで  
子育て交流会♡スクラップブックンクパーティー

倉敷健康福祉プラザの視聴覚室にて行います。倉敷チャイニーズライフ、多国籍応援くらしきさんとの合同企画です！スクラップブックンクを行い、中国人ママ達の手作り水餃子を食べながら交流を行います。参加費は1,000円、別紙チラシにて参加申込をお願いします。

10月29日(木) 10時から12時まで  
由紀子さんのリフレクソロジー♪

20分 500円 リフレクソジスト 三宅 由紀子

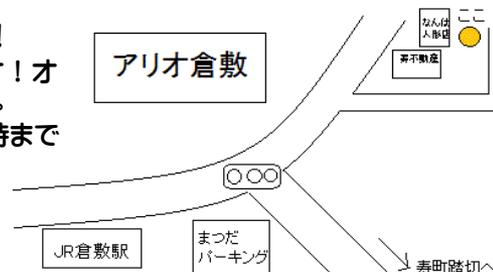
足裏や手のひらには、からだの臓器と連動しているツボがたくさんあります。日々の生活から、心と体をときほぐしてあげませんか？大人気の講座の為、事前予約制、初めての体験の方優先とさせていただきます。

「乳幼児クラブinぽっかぽか」(秋期)は、20日(火)・27日(火)に実施です。詳しくはチラシもしくは乳幼児クラブブログをご覧くださいね！通常のひろばは13時から15時までとなります。

10/14・28(水)は、ぽこ×ぽかタイム実施のため、通常のひろばは、10時から12時までとなります。 ※昼食タイムはご遠慮ください。

## 出張ひろば・ぽっかぽかプラス・10月の予定

アリオ倉敷から徒歩5分！  
寿不動産裏の民家です！オレンジ色の看板が目印です。  
毎週木曜日10時から15時まで  
開所しています☆



10月22日(木) 10時から12時まで  
きくちゃんの何でも相談タイム

助産師や看護師など、さまざまな経験をもつ長谷川喜久美さん(きくちゃん)がプラスに来てくださいます！日頃の悩みをぜひ相談してみてくださいね。大人気の時間なので、先着順でお願いします。ゆずりあいながら相談タイムを過ごしましょう。

10/13(火)は幼稚園振休のため、プラスを10時から15時まで開きます。

次号のコラムをお楽しみに！

夫婦というのは、なぜ男女が一緒に住むかということです。一般的に夫婦というのは同居し合う、ということですね。恋愛とは違うわけでしょう。友情とも違うわけです。それは基本的には非常に深く相互に依存し合うことだと思えます。夫婦というのは、深く相互に依存し合うことができるという意味で、単なる愛情以上の、愛情を含めながらそれを超えた状態で、互いに自分も相手も大切にしたいながら存在するものだと思います。私は基本的には、人は孤独とか孤立したままでは決して健康には生きられないと思っています。だからしたいの人は、一緒に住んで、自分と相手を大切にしたいと思っています。

人は友人とか知人とか、いろんな程度に相互に依存し合っているんですけども、それで足りるという人もいます。ところが多くの人の場合は、友人や知人との相互依存関係だけではまだ不十分だというふうに、思うのです。より深く、日常的に十分に相互依存し合える相手を求める。それが夫婦であろうと私は思っています。相互に依存し合うというのはとても大事であって、依存し合うという部分には精神的な依存もあるでしょうし、物理的な依存もあるでしょう。その両方を適度にいろんな形でいうのがあると思えます。

ですから夫婦はいろんな形がおそらくあるだろうと思えます。非常に極端な場合を言えばサルトルとボーボワールのように必要な時だけ会って、あとは精神的な依存関係で距離をおいていられる。そのことがお互いの創作作業とかが上手くいく、という夫婦もあるのです。精神的に深い相互依存がある。必要な時に会う。必要な時に一緒に生活し合う。それでまた必要な時に仕事をするために、少し別れている。これは本当に信頼感がお互いにあり、相互依存があるといえます。こういった依存の仕方もあります。いろいろあっていいと思いますよ。

いいと思いますけども、相互の依存関係、お互いが相手に、自分がこういうところを依存する。相手もこういうところでこちらに依存しているという、いい意味での、相互が必要とし合っている依存関係が崩れた時には夫婦関係というのは崩れるだろうと思えます。相手が依存するに足るといところが大事であり、自分がまた相手の依存に支えられるということがあって夫婦は上手くいくだろうと思えます。だからどんなふうに依存し合うか、精神的なもの、身体的なもの、物理的なものなどといった依存の中身により、夫婦の形は十組十色、百組百色だろうと思えます。だけど、健康な夫婦、うまくいっている夫婦というのは深い相互の依存関係が成立していると思えます。

※ 「響きあう心」より

児童精神科医 佐々木 正美先生

## ぽっかぽかからのお知らせ

ひろば・ぽっかぽかでの様子、特別行事などの活動報告、情報提供のコーナーです。皆さんにお知らせしたい情報も、どんどん掲載していく予定です。

## ももっこカードを交付しています♪

おかやま子育て家庭応援カード「ももっこカード」とは、妊娠中の方や小学校6年生までの子どもをもつ家庭を対象にカードを交付し、そのカードを協賛店等に提示することにより、協賛店独自の子育て支援サービスの提供が受けられる岡山県のシステムです。交付申請書にご記入いただいてからカードをお渡しします。ももっこカードをお持ちでない方は、お気軽にスタッフまでお声掛けください。

## 親子クラブはご近所のお友達を作るチャンス♪

健やかに子育てすることができるよう、就園前の子どもとその保護者が、公民館や公園を利用して座談会や季節ごとの活動(運動会、七夕、水遊び、クリスマス会など)、地域の人との交流などを行っています。また子育て中の友達づくりもできます。親子クラブはおおむね小学校区ごとに活動しています。

○問い合わせ先○ 市保健所倉敷保健推進室 (086)434-9822

★ひろば・ぽっかぽか の周辺の親子クラブさんは…

西 小学区→ コスモス会                      東 小学区→ にこにこ会  
老 松小学区→ まつぽっくり会              万 寿小学区→ ひまわり会

## ぽっかぽか相談専用メール ご利用ください♪

何か気になること、聞きたいこと等ありましたら、こちらのメールアドレスに送ってくださいね。

[ejje.pokkapoka@gmail.com](mailto:ejje.pokkapoka@gmail.com)

返信に時間をいただくことがございますが、必ず返信致しますので、きもち気長にお待ちいただけると幸いです。ひとりで悩みを抱え込まず気軽に相談してください♪

「あのねカード」もぜひ活用ください！