



こそだて通信

2 0 2 6 年 7 月 号
釧路市子育て支援センター

晴れたり雨が降ったりと変わりやすいお天気が続いていますが、もうすぐお散歩や公園遊びが楽しめる季節になりますね。帽子の着用、気温に合わせた衣服の調節、こまめな水分補給、適度な休養などに気を付けて、涼しい釧路の夏を元気に楽しみましょう。

子育て支援センターは、親子遊びや交流・相談の場としてだけでなく、遊び場や教育・保育施設についての情報提供も行っています。また、スキンシップ遊びやわらべうた遊び、紙芝居やパネルシアターなど、親子で色々な遊びに触れる「おあつまり」の時間もありますよ。ぜひ、気軽に遊びに来てください。

じょうずにほめて子どもの育ちを応援しよう



妊婦さんや子育て中の
みなさんを応援します

イヤイヤ期ってなに？

1歳半ころになると自我が芽生えはじめ、「自分でやりたい」という自己主張が始まります。これは、気持ちが育ってきている**成長の証**です。しかし一方で、言葉を理解し、言葉で表現すること、気持ちをコントロールする力はまだ十分に発達していません。

そのため、思うようにできなかったときや、やろうとすることを止められたときに、気持ちを切り替えることができず、泣いたり怒ったりする姿を見せるのです。



どうしたらいいかな？

頭ごなしに否定せず、子どもの思いを受け止めたり、自分で選ばせたりしてみましょう。

「そうだね」「～したかったんだね」などと、いったん子どもの気持ちを受け止めて、温かく見守ったり、抱っこして気持ちを落ち着かせてあげましょう。気持ちが落ち着いたら、「どっちにする？」と自分で選べるように声をかけたり、「～してからしてみようね」などと解決の方法を提案してみましょう。そして、少しでもできたら、たくさんほめてあげましょう。

ほめるポイント

できたこと・できるようになった
ことを一緒に喜んであげる



できないこと・苦手なことも
頑張りを認めて励ましてあげる



ほめる 励まし

受容 共感

笑顔 見守り



安心



意欲につながる



今月のピックアップ子育て講座

「こころを育むかわり」

(西部子育て支援センターにて今月開催！)

「自分でやりたいという気持ちを尊重したい」「怒りたくないけど怒っちゃう」「どんな声かけをしたらいいの？」
そんな悩みを抱えている方におすすめの講座です。
児童発達支援センター職員が前向きな関わり方をお伝えします。

～気軽にご相談ください～

電話相談・面接相談を各センター
で受け付けています。

受付時間 9時～17時

メール相談

ko-sogo@city.kushiro.lg.jp



釧路市の子育て支援センター

子育て支援総合センター

「むぎゅっと」



幸町9丁目1
TEL (0154) 65-9912

【あそびの広場】月～土曜日 9時30分～16時

中部子育て支援センター

「にこにこ」



芦野3丁目10-9
TEL (0154) 38-5037

【あそびの広場】月～土曜日 9時30分～12時 / 13時30分～16時
毎週火曜日（ママズルーム）は身体計測をすることができます（3センター共通）

西部子育て支援センター

「びよんぴよん」



鳥取北4丁目21-8
TEL (0154) 65-6112

親子つどいの広場昭和



昭和中央4丁目7-1
（昭和中央児童センター内）
TEL (0154) 55-2231

月・火・木・金曜日 9時～14時
水曜日（0～2歳未満）9時～14時

はるとり子育て支援センター



武佐1丁目3-5
TEL (0154) 47-3277

月～金曜日
10時～12時
13時～16時

風の子認定こども園

子育て支援センター



鳥取南7-2-9
TEL (0154) 65-5956

火曜日（0歳）水曜日（1歳）
金曜日（2歳以上から就園前まで）
10時～11時30分

7月のカレンダー

☆は事前申し込みが必要です。

月	火	水	木	金	土
		1 ☆子育て教室 「心と体の育つ かかわり」 13:30～15:00	2	3	4
6	7	8 ☆子育て講座 「乳歯のお手入れ」 10:30～11:30 ☆子育て教室 「はじめての離乳食」 13:30～15:00	9	10	11
13 ☆子育て講座 「クリスマスと えいごで あそぼう♪」 11:00～	14 ☆子育て教室 「乳児の健康」 13:30～15:00 ☆子育て講座 「ベビーマッサージ」 11:00～11:30	15 ☆子育て講座 「親子で体験！ 砂場であそぼう」 10:30～11:30 ☆子育て講座 「七夕飾り制作」1歳児 11:00～11:30	16 ☆子育て講座 「こころを育む かかわり」 10:30～11:30	17 ☆子育て講座 「ふみふみアート」 10:30～ ☆子育て講座 「七夕飾り制作」 2歳児以上 11:00～11:30	18
20 お休み 海の日	21 ☆子育て講座 「七夕飾り制作」 0歳児 11:00～11:30	22	23 ☆子育て教室 「母乳育児」 13:30～15:00 ☆子育て講座 「家族みんなで 夏祭り」 10:30～11:15	24	25
27	28	29	30	31 ☆子育て講座 「制作 七夕かざり」 10:30～	

※講座の申し込みは、マーク()の支援センターにご連絡ください。



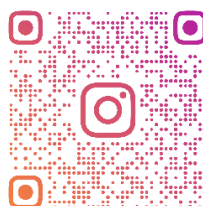
◎子育て教室や子育て講座の時間帯は、遊ぶスペースが限られています。

夜間や休日の急な子どもの症状の対処に悩む場合にご利用ください。

北海道小児救急電話相談
011-232-1599 または #8000
相談時間 毎日夜7時～翌朝8時まで



釧路市子ども保健部
Instagram



KOSODATEMARUTTO_KUSHIRO



ここまる

様々な情報をまるっとお届けします！

「とことこひろば」

市内の遊び場や児童センターに出向いて、ニーズに応じた子育て情報の提供や相談を行っています。

実施日や場所については随時LINE、Instagramでお知らせします。