



こそだて通信

2025年6月号
釧路市子育て支援拠点センター

気温も少しずつ上がり、戸外遊びが楽しい季節となってきましたね。

お子さんと一緒に外に出て、咲いているお花や小さなアリを発見するなど、親子で楽しみを見つけながらの散歩はいかがでしょう。日光浴にもなり、親も子も良い気分転換になりますよ。

6月4日は「虫歯予防デー」です。大人も子どもも歯は大切！センターでは、歯科衛生士さんをお迎えして「歯の大切さ」や「お手入れ」についての講座を開催しています。センター掲示物やLINE、インスタグラムでもお知らせしますので、是非ご参加ください。



子育てワンポイントアドバイス

おしっこでたね！

トイレトレーニングはいつから？失敗ばかりでうまくいかない…そんな思いを抱えているお母さんもいるかもしれません。

今月はトレーニングを進めていく中でおさえておきたいポイントをご紹介します。

○こどもの成長に寄り添うトレーニングを

- ・ こどもの発達には個人差がありますので、まずは、お子さんの心や体が「トイレに行く」ための準備ができているのかを確認してみましょう。

【具体的な目安】

- ・ 歩行ができる。
- ・ おしっこの間隔が2時間程度あいている。
- ・ 言葉が理解でき、簡単な受け答えができるなど。



○トイレに行く習慣を

- ・ 朝起きた時、ご飯を食べた後など、生活の中でトイレに誘うタイミングを決めてみましょう。トイレの便座に座ることに少しずつ慣れていくと良いですね。

○子どもから知らせてきた時は、たくさん褒めて

- ・ おしっこが出た感覚がわかると、子どもが自分で知らせるようになってきます。出た後に知らせてきたときにも、たくさん褒めてあげましょう。

○失敗しても叱らない

- ・ 失敗したときに「どうして教えてくれないの？」と言葉をかけるよりも、「おしっこが出ると気持ちがいいね」「パンツを替えるともっと気持ちがいいね」など、安心できるような声をかけてあげましょう。

嫌がるときには無理にはすすめずに、「叱らず・焦らず・できたらほめて」を心がけ、ゆったりと構えて進めていきましょう。

📖 おすすめ絵本 📖

「あめかな！」



福音館

U. G. サトー

作・絵

空が暗くなり、雨が降ってきます。いろいろな色の雨です。絵の具の雨の表現がいろいろあり、大人も感動します。

さて、雨が降った後は・・・
お子さんと一緒にぜひ、読んで感じてみてください。

LINE

登録してね！

子育て支援センターからは、子育て講座やイベントのお知らせなど、釧路市の子育て情報や、暮らしに役立つ情報を随時配信します！！

友だち追加は
こちらから！



～気軽にご相談ください～

電話相談・面接相談 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-toubu@city.kushiro.lg.jp

「基本受信設定」「子育て情報受信設定」
両方の設定を忘れずに！

釧路市の子育て支援センター

東部子育て支援拠点センター

「パオパオ」



春採 4 丁目 19-1
Tel (0154) 65-9912

中部子育て支援拠点センター

「にこにこ」



芦野 3 丁目 10-9
Tel (0154) 38-5037

西部子育て支援拠点センター

「びよんびよん」



鳥取北 4 丁目 21-8
Tel (0154) 65-6112

月～土曜日 AM9時30分～12時・PM2時～4時

毎週火曜日（ママズルーム）身体計測をすることができます

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

AM9時～PM2時

水曜日（0～2歳未満）AM9時～12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

AM10時～12時

PM1時～4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）

AM10時～11時30分

6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
2	3 ☆子育て講座 「離乳食講座」 11:00～11:30	4 ☆子育て講座 「子育て応援 情報」 10:00～11:00 （まなぼっと）	5	6	7
9 ☆子育て講座 制作「あじさい の時計」 10:30～	10	11	12 ☆子育て講座 「こころを育む かかわり」 10:30～11:30	13	14
16	17	18 ☆子育て講座 「救急法」 10:30～11:30 ☆子育て講座 「歯の話・ 歯ブラシ指導・ フッ素塗布」 13:30～	19 ☆子育て講座 「エコな おもちゃづくり」 10:30～11:15	20 ☆子育て教室 「母乳育児」 14:00～15:30 （健康推進課ホール）	21
23	24	25 6～7か月 育児相談 9:00～12:00 頃まで 健診会場になってい ます	26	27 ☆子育て教室 「離乳食」 14:00～15:30 （健康推進課ホール）	28
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。



◎子育て講座の日は遊ぶスペースが限られているため、午後の利用がおすすめです。

◎子育て教室は全4回です。

（6月20日、27日 7月4日、7月11日）

「子育ておでかけ相談日」

センターの子育て支援コーディネーターが遊び場に出向き（MOO、おもちゃライブラリー、まなぼっと、緑ヶ岡児童センター、松浦児童センター、とんけし児童センター等）、ニーズに応じた子育て情報提供や相談を行っています。遊びにきてね。

◎令和7年2月より、開催日と利用駐車場が拡大！

「ちびっこマンデープラス」

毎週月・水・金、第3日曜日 祝日の場合はお休みです

会場：MOO5階多目的アリーナ 9:00～15:30

駐車場：MOO駐車場、釧路錦町駐車場、
釧路河畔駐車場が2時間まで無料。

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