

令和6年

1・2月号

2024.1.12発行

# ほろん通信 Vol.11

子育て応援!  
家族を応援!



ほろんのいえ編集部: ASUNA

新年あけましておめでとうございます。ほろんのいえでは今年も親子で遊び、体験し、学び合える企画をたくさん発信していきます。子育て、一緒に楽しんでいきましょう!



ほろんのいえでは、子どもたちのワクワクを引き出せるような楽しいイベントを随時開催しています。11・12月の活動の一部をご紹介します♪

## 宇宙の絵の具遊びと秋のおやつ作り

大きな紙にみんなで絵の具を使って宇宙を描き、感触あそびを楽しみました☆自分の顔を載せたロケットも飛ばしたよ。後半はマツボックリケーキを作ってみんなでおやつタイム♪



## 西東京スポーツフェスティバル「体軸体操」

女子ソフトボールの北京オリンピック金メダリスト三科真澄さんをお招きし、20組の親子と体軸トレーニングを行いました! 受講前と後ではおほとんどの方の運動能力がUP! “体が軽くなった!” “姿勢が良くなった!” などたくさんの変化を感じてもらえました。ご参加ありがとうございました!



## 赤ちゃんマッサージ タッチコンタクト



赤ちゃんに触れ合いながら親力も高めるタッチコンタクトを行いました。きょうこ先生によるふち発達講座は、「子どもの駄々こね」について。カメラマンによる親子写真の撮影も好評でした☆

## YUI'S ワークショップ アロマリップ作り



冬の乾燥した季節に必須! なリップクリーム。“口に入ることもあるものだから” ミツロウやシアバターなど安心・安全な材料のみを使ってリップクリームを手作りする会を開催しました。3月には口紅を作ります♪

## ほろんのクリスマス2023



ソリに乗ってクリスマスツリーの飾り付けをしたり、サンタになるための修行をしたり♪親子でたくさん体を動かして遊びました! ソルトキャンドル作りもみんなでお楽しみしました。

## ふぁみりーイベント

### 日和田山ハイキング

2023年のラストイベントは毎年恒例ほろんふぁみりーのハイキング。毎年同じところを登ることです。年度からの成長を感じることもできますね。1歳から小学生まで、みんなでお楽しみ合っって登りきりました!



みんなで登ると楽しいね♪

楽しいから頑張れる♪

子どもへのまなざし

## イヤイヤ期を葛藤期と呼んでみませんか?

「イヤイヤ期」というのは大人が目線で子どもにとっては「葛藤期」。ちょっぴり言葉を変えてみるだけで親の心持ちや受け取り方も変化してくるのではないのでしょうか(^ ^) ついでに、「更年期」というのも「思秋期」の方がなんだか素敵です。



## ぽろんらぼ便利

### ぽろんらぼの活動

#### ▶<親の会>

毎月1回、「我が子を知ろう、自分を知ろう」をテーマに、臨床心理士が同席のもと子育ての悩みや情報交換など子育てのちょっとしたあれこれを語り合う親の会「ぽろんFKA」を開催しています。11月のFKAでは、秋の行事や活動に向かう子どもたちの様子や、母や子の疲れた時のリラックス方法は?などの話題で交流しました。また12月のランチ付きクリスマスFKAでは、アドベントカレンダー作りを楽しみながら「子どもの褒め方、叱り方」についての話で盛り上がりました。

きょうこ先生お手製の  
栄養たっぷりランチ♡



#### ▶<ペアレント講座>

9月より「子どもの発達について」「子育てで役立つSST体験会」「自律神経の話」についてと開催してきた親カアップ講座。12月は「怒りのコントロール法」についてのお話でした。講座後の交流タイムではその日に学んだ内容を日常生活に落とし込んで話すことで、それぞれが考えていける時間となりました。

好評開催中!

#### ペアレント講座

### 子どもの発達理解と子育て

【開催日】第1回目 2/29(木)、第二回目 3/7(木)

【時間】 10時~11時30分

【場所】 パスレル保谷2F イベントスペース

【参加費】 両日参加で3000円

【対象】 幼児期~小学校低学年のお子様の保護者で2回連続で受講できる方

子どもの発達について、また子どもの感情をどのように捉えたいのか、関わりのワークと振り返りを通して学びます。臨床場面で出会う今の子供達の姿についてもお話する予定です

申し込みはHPまたは公式LINEよりどうぞ!

リクエスト  
に応じて第二弾  
開催します!

#### 【講師】

富樫京子(とがしきょうこ)より



子どもは体験を通してこの世界を知り、学び、生きる力をつけていきます。昨今、生活の多様化に伴い子どもを取り巻く環境が変化し、子育ても変化しています。その一方で、乳幼児期の発達はその進む速さには個人差がありますが、順序性は普遍です。人が生きる上での土台作りとなるこの時期の発達について学び、理解を深めることは自身の子育てに必ず役立ってくれることでしょう。子育ては、子ども自身が成長しようとする姿を周りの大人が個々の発達をしっかりと見ながら見守り、丁寧に関わる必要があります。ペアレント講座では子どもの発達理解の基本、特に大人が扱いにくい感情の発達について一緒に考えていきたいと思えます。日々の子育てが少し楽になるヒントとの出会いがありますように。

## 一般社団法人ぽろんのいえ

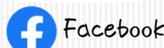
〒202-0011

東京都西東京市泉町4-5-4

☎ 042-425-2905

🌐 <https://poron.tokyo/>

✉ [room-poron@jcom.home.ne.jp](mailto:room-poron@jcom.home.ne.jp)



イベントの様子や告知などを配信しています。チェックしてみてください☆



### イベントのお知らせ

- 1/19(金) ふれあいマッサージタッチコンタクト0-1歳
- 1/31(水) ぽろんFKA × 体軸体操  
子育ての悩みをもつ親同士の交流会
- 2/3(水) ふみりーイベント 親子マラソン
- 2/10(土) NPO市民フェスティバル
- 2/14(水) 親の会  
「学校行きたくないって言われたらどうする?」
- 2/16(金) ふれあいマッサージタッチコンタクト0-1歳
- 2/25(日) ちぎり絵アート&竹とんぼ遊び
- 2/28(日) ぽろんFKA
- 3/3(日) ふみりーイベント 味噌づくり

水・金は開所しています!

子育て相談(完全予約制)も随時行っています。オンラインでの相談も可能。まずはお気軽にお問い合わせください♪