



わかばだより2



令和7年度【No.11】

市島子育て学習センター

市島町上田 814 番地 ☎0795-85-3030(代)・FAX0795-85-2665 メール cosodate-ichijima@city.tamba.lg.jp



わかば教室のご案内

●豆まき&なोटレ

【日時】2月6日(金)

午前10時～11時30分

【場所】ライフピアいちじま研修室



【講師】澤野 風緒子さん

【内容】ストレッチ指導、豆まき

【持ち物】動ける服装・お茶・タオル

【締切り】1月30日(金)

●ママきれいヨガサークル

【日時】2月3日(火)

午前10時～11時30分

【場所】ライフピアいちじま児童室

【講師】別納 真紀さん

【持ち物】動ける服装・お茶・タオル

【参加費】50円(初回のみ)

【締切り】1月27日(火)

今年度最後のヨガです。
ぜひご参加ください。



げんキッズ

●巻き寿司をつくろう

【日時】2月17日(火)

午前10時～11時30分

【場所】ライフピアいちじま児童室

【講師】木田 利衣さん

【内容】飾り巻き寿司づくり

【持ち物】エプロン、ハンドタオル

【参加費】一家庭100円

【締切り】2月10日(火)



ぽかぽかの会

●3B体操

【日時】2月20日(金)

午前10時30分～11時30分

【場所】ライフピアいちじま児童室



【講師】吉見 美紀さん

(日本3B体操協会)

【参加費】50円(初回のみ)

※動きやすい服装でお越しください。

【締切り】2月13日(金)



令和7年度の文集原稿の依頼をしておりますが、
製本などの関係で **2月21日(土)必着** としております。
よろしくお願いします。

※原稿をいただいた方にのみ3月の閉講式で文集をお渡ししています。予めご了承ください。

ピアサポーター ^{よでん まさみ} 余田 雅美の子育てコラム

食べ物の好き嫌いは、大人も子どもも多かれ少なかれ同じようにあると思う。そうは分かっているけど、わが子には何でも食べられる子になってほしいなあと思いつつ、色んな食材で離乳食を始めたつもり。それでも、不思議と好き嫌いは出てくる。

うちの息子は、離乳食の時は、お気に入りだったかぼちゃも、小学生になる頃には苦手になったし、生トマトとキノコは最初から苦手で、特にトマトは口に入れたら、えづくパフォーマンスが入るほど嫌いだった。よく言われる、「畑で成長を見たり、自分で収穫したりすると、不思議と、おいしい！と言って食べてくれます！」なんて現象は、よそのおうちの事だった。私の場合、小さく刻んで見えなくするというより、少なめに盛り付けたり、見えるけど味が際立たない具沢山の汁物やカレーに入れるなどして、食卓に出していたように思う。

不思議なもので、成長するにつれ苦手意識がだいぶ薄れ、大好きとは言わないが、普通に食べるようになってくれ、今、自分で作っているお弁当のおかずにも使うようになった。今は苦手なものが多い子も、焦らずに待ってみるのもいいかもしれない。

最後に、私の勝手な思いを1つ…。

少し前、2人の高校生と話す機会があった。食べることに興味のある私は、小中学校時代の給食の思い出を聞いてみた。そのうちの1人が、嫌いなものが多いし、給食はあまり好きではなく、ほとんど食べるものがない日もあったとか。給食の時間が楽しみでないなんて、運動部の子だったせいか意外に感じた。

また、私が若い頃、オシャレ好きな同僚が「お腹は空腹じゃなければ良い、食べることにお金を使うならファッションにお金を回したい」と言っていて、びっくりしたことがある。オシャレも気になるけど、おいしいものはもっと気になる私。そんな花より団子の母に育てられたら、身なりに全く無頓着&食べることが大好きな若者、ここにいっちょあがり。食べることや食べ物を大事に思う子に育ったのは嬉しいけど、もう少しオシャレにもなってほしいというのは、私の欲か。



【日時】 **2月27日(金)** 午前10時～午後4時 **要予約**

【場所】 ライフピアいちじま児童室

◎お子様の遊び・生活・しつけなどどんなことでも気軽に
ご相談下さい。また専門機関への紹介もします。

12月のリフレッシュ講座の様子



◆産後のからだの変化 ◆リフレッシュ体操 ◆産後に必要な栄養について教えていただきました。 講師：いさお整骨院 羽馬 宣子さん