



まめっちょだより

子すずめ子育て支援センター 2021/7/1 No.197



《7月の予定》*フロア～妊婦さんも遊びにいらして下さい～*全て無料*全てのフロア限定5組(予約制)遊びに来てね!

月	火	水	木	金	土
*7/7の『まめっちょサロン』 言語聴覚士の清水先生と一緒に ことばやいろんなことお話し せんか?(フロアは13:30～)	7/1(木)は『やばしラッコ』 保健師さんが参加の月です 会場:八柱市民センター *予約は常盤平保健福祉センターへ	OB会ってな～に? 7/29 幼稚園～小学生集まれ! まめっちょフロアで遊んでい た親子対象!(予約制)	1 やばしラッコ 9:30～10:30 (八柱市民センター 公園でこんには 13:30～15:30	2 歳児のフロア 9:00～11:00 フリーフロア 13:30～15:30	3
5 ちえのわ(多胎児) 9:00～11:00 フリーことばフロア★ 13:30～15:30	6 1歳児のフロア 9:00～11:00 0歳児フロア 13:30～15:30	7 2歳以上のフロア 9:00～11:00 まめっちょサロン(言語) 【サロン】14:00～15:00	8 1歳児のフロア 9:00～11:00 素敵なアラ40フロア 13:30～15:30	9 0歳児フロア 9:00～11:00 フリーフロア 13:30～15:30	10
12 フリーフロア 9:00～11:00 フリーことばフロア★ 13:30～15:30	13 1歳児のフロア 9:00～11:00 0歳児フロア 13:30～15:30	14 2歳以上のフロア★ 9:00～11:00 フリーフロア 13:30～15:30	15 個別相談 9:15～11:15 フリーフロア 13:30～15:30	16 フロアお休み 	17 フリーフロア 9:00～11:00 父と子のフロア 13:30～15:30
19 ちえのわ(多胎児) 9:00～11:00 フリーことばフロア★ 13:30～15:30	20 1歳児のフロア 9:00～11:00 0歳児フロア 13:30～15:30	21 2歳以上のフロア 9:00～11:00 まめっちょ講座 【講座】14:00～15:00	22 祝日 海の日 	23 祝日 スポーツの日 	24
26 0歳児フロア 9:00～11:00 フリーことばフロア★ 13:30～15:30	27 1歳児のフロア 9:00～11:00 0歳児フロア 13:30～15:30	28 2歳以上のフロア★ 9:00～11:00 家庭教育講座 【講座】14:00～15:00	29 1歳児のフロア 9:00～11:00 OB会 13:30～15:30	30 2歳以上のフロア 9:00～11:00 フリーフロア 13:30～15:30	今年こそ...逢えますように 願いを込めて

今月はフロアに遊びに来てくださる2歳、2か月の2人のお子さんの子育てをされているお母様にメッセージをいただきました。ありがとうございます。

【2人目生まれてやめたこと—睡眠編】①泣いたらすぐ抱っこ。ちょっと様子見も大事!!空腹&オムツ&SOS以外にもなんだか泣いちゃう時もあるよね、特に夜寝てる時は寝言泣きもある!1人目の時は少しぐずった程度でいつもすぐに抱き上げていて、赤ちゃんの睡眠時間を奪っていたのはママの方だったかもしれないと反省しているくらい。②お昼寝中の家事。子ども達が寝てる時こそ休む!!夜泣き睡眠不足体力回復、温存休憩!貴重な兄弟2人同時寝落ち時間は午前中にしっかり体力使って遊ばせた成果なのでママの昼寝は権利!もはややってたまるかと思ってる、気楽な夜にほぼ翌日晚御飯の支度してます!③手厚い寝かしつけ。赤ちゃん1人でも寝る!!なんとなく生活睡眠リズムでいつもの場所で寝かせておけば自然と眠ってる事が意外と多い!もちろん泣き喚いて必要な時もあるけど毎日抱っこや添い寝の寝かしつけしなくて良い事に気が付いてからは兄弟2人寝かしつけだいふ楽になった。本当に寝かしつけが必要なのは1歳以降くらい?

1人目の時はじっくり1対1で向き合っていましたでしたが今は2人同時に見ているので毎日がとてもあっという間に過ぎていきます。イヤイヤ期2歳の兄に手がかかり過ぎて赤ちゃんの弟と朗らかに遊んであげる時間少なかったと後悔する日も多いのは事実、だから週末等の2人育児に余裕がある時は思いっきり抱き締め微笑み愛情注いでいます!

コロナ禍の今、身近に頼れる身内の女性がいらない私にとって、調べても調べても多様な結果が出てきてしまって正解がみえなくなるインターネットより、1人目の時に必死に24時間365日書いた育児日記や写真動画が何よりの参考書でお守り。

近所のママ友や支援センタースタッフの方々との会話、パパと子ども達が寝た後のママひとり深夜のお茶菓子時間が私にとって必要不可欠大事な息抜きTime!ママひとりで頑張り過ぎずたまには周りに弱音吐いて甘える事を忘れずに!特にパパって奴は頼られたらしい!笑

1人目の心配で神経質だった丁寧な育児も、2人目の手を抜くのが上手になったおおらかな育児も、共通しているのは兄弟2人とともに

