# 子育て応援情報！

## ■子育て支援センター

※状況により事業等を変更させていただく場合があります。
最新情報は市ホームページをご覧いただくか、各支援センターにお問い合わせください。

### ★きたの子育て支援センター（きたの保育園内）
☎518－1866、FAX587－6226

**【わくわく遊び】**（申し込み不要）
「春を楽しもう」きたの保育園の広場は自然がいっぱい!春の製作をしたり、広場（園庭）での外遊びを楽しみましょう。

**【親子サロン】**（６組、抽選あり、申し込み要）
▽５月23日㈮ 14:00～15:00
**対象**…どなたでも
**内容**…「春を見つけに出かけよう」自然いっぱいの園庭でおしゃべりや交流を楽しみながら散策しませんか？抱っこの人や初めての人もぜひご参加ください。
※雨天時は、内容を変更します。
**持ち物**…歩けるお子さんは靴を履いてきてください。手を拭くもの（ウェットティッシュ等）、水筒
**申し込み**…５月16日㈮まで

**■子育て広場**（申し込み不要）
０歳からの在宅児（未就園）が親子で自由に遊べます。
月曜～金曜日９:30～16:00、土曜日不定期
※12:00～13:30ごろは職員は不在です。
保育園の日程に合わせ、休館になることもあります。
※５月の土曜開放日…10日
※申し込み多数の場合は、抽選します。抽選結果は19日以降センター来所、または電話でご確認ください。

**■食事お悩み相談**（申し込み不要）
併設保育園の調理師が個別に相談を承ります。離乳食、偏食、噛まないアレルギー除去食など、いつでもお気軽にご相談ください。

**■子育て相談**　毎週月曜～金曜日 10:00～16:00
電話・個別相談も随時受け付けています。

**■ブログやっています**
ホームページをご覧ください。

### ★あやめ子育て支援センター（あやめ保育所よしじ分園横）
☎・FAX589－2928

**■ミックスクラブ**（申し込み不要）
※テーマや行事に沿った遊びをします。
※対象年齢は設けていませんのでぜひご参加ください。

**【感触あそび】**
▽５月７日㈬～９日㈮ 10:00～16:00
寒天やセンサリーバッグなど、いろいろな素材の感触を楽しみましょう。
**持ち物**…ウェットティッシュ、着替え

**【５月の誕生会】**
▽５月14日㈬ 10:30～
５月生まれの友だちをみんなでお祝いしましょう。
当日参加の５月生まれのお友だちにはお誕生カードをお渡しします。

**■フレンド広場**（申し込み不要）
０歳からの在宅児（未就園）が親子で自由に遊べます。
月曜～金曜日10:00～16:00（ミックスクラブのない時間帯）

**【こどもの日週間】**
▽５月２日㈮まで
センターに大きなこいのぼりがいます。一緒に写真を撮ったり、こいのぼりのお腹をくぐったりできます。

**【かえっこバザー】**
▽５月19日㈪～23日㈮
**持ち物**…手さげ袋
「サイズアウトした衣類を誰かに着てもらえたら嬉しいな。」の気持ちをつなぐバザーです。

**■子育て相談**　毎週月曜～金曜日 10:00～16:00
電話・個別相談も随時受け付けています。

### ★野洲市子育て支援センター（健康福祉センター３階）
☎518－0830、FAX586－3668

**■子育て支援講座および催し（申し込み要）**
※**来所または電話で申し込んでください。**
※申し込み多数の場合は抽選します。今年度初回の人を優先します。抽選結果で外れた人のみセンターから連絡します。
※気温が上がる時期です。水筒をご持参ください。

**【ミュージック・ケア】**（20組、抽選あり）
▽５月12日㈪ 10:30～11:30（受付／10:00～）
**対象**…歩ける乳幼児とその保護者
**申し込み**…５月２日㈮まで

**【バランスボール】**（20組、抽選あり）
▽５月16日㈮ 10:30～11:30（受付／10:00～）
**対象**…保護者対象ですが、子どもさんと一緒に参加していただきます。
**申し込み**…５月２日㈮～12日㈪

**【ヨガ】**（15組、抽選あり）
▽５月23日㈮ 10:30～11:30（受付／10:00～）
**対象**…保護者（子どもさんは託児します）
**申し込み**…５月13日㈫～19日㈪

**【ベビーマッサージ】**（15組、抽選あり）
▽５月26日㈪ 10:30～11:30（受付／10:15～）

**■にこにこ広場**（申し込み不要）
０歳からの在宅児（未就園）が親子で自由に遊べます。
月曜～水曜・金曜日　９:30～12:00、13:00～16:30
木曜日　９:30～12:00
※講座等で変更になる場合があります。詳しくは「にこにこだより」やホームページでご確認ください。

**対象**…２カ月からハイハイをする前の乳児とその保護者
**持ち物**…バスタオル、ベビーオイル
**申し込み**…５月14日㈬～20日㈫

**【５月の誕生会】**（申し込み要）
▽５月30日㈮ 10:30～11:30（受付／10:00～）
**内容**…５月生まれ誕生会、お楽しみ、簡単製作
**持ち物**…ウェットティッシュ（５月生まれのお子さんのみ）
**申し込み**…５月12日㈪～23日㈮
※誕生月にかかわらずどなたでも参加できます。

６月上旬の予定

**【リズム遊び】**（20組、抽選あり）
▽６月６日㈮ 10:30～11:30（受付／10:00～）
**対象**…10カ月以上の乳幼児とその保護者
**申し込み**…５月27日㈫～６月２日㈪

**■子育て相談**　毎週月曜～金曜日９:30～16:30
電話・個別相談も随時受け付けています。

# 「発達支援センター通信」

◆発達支援センター
☎587－0033、FAX587－2004

## 新しい環境に慣れるまでに家族ができること

５月になりました。４月から新しい環境に身を置かれた人は、そろそろ慣れてきたころでしょうか？それとも、まだまだですか？この「新しい環境に慣れる」ということは、とても個人差が大きいです。新しいことにワクワクし、いろいろなことに挑戦している人もいるでしょう。その一方で、新しい場所で大丈夫かなと不安が高まり、前の方がよかったのに、といつまでも前のことを思い出している人もいるでしょう。

発達障がいの人の中には、環境の変化が苦手で、慣れるのにとても時間がかかる人がいます。

先の見通しを持つことが難しく、次に何が起こるのか、どのようになっていくのか、想像がつかずに不安になりやすいです。

感覚が敏感で、新しい場所で、聞こえてくる音やにおいのちがいを感じて、慣れにくいことがあります。特に目から多くの情報を得ている人にとって、見える景色が変わることは大きな変化で、戸惑いは大きくなります。

このように新しい環境に入りなかなか慣れないときに、家族や周囲の人は、どのように支えるとよいのでしょうか。

１つには、『一緒にシミュレーションする』という方法があります。どんなことが起こりそうか、本人にわかる方法で伝えておくことで、心の準備ができます。行く場所の写真を見ながら一緒にシミュレーションすることで、イメージできることもあります。

次に、『家ではいつものように過ごす』ことも大切です。外では、新しいことがいっぱいで、疲れて帰ってくるかもしれません。いつもと同じように家族が待っていることでリラックスできることもあるでしょう。食事や睡眠など、いつもと同じリズムで生活することで、気持ちが落ち着くかもしれません。

新しい環境に慣れるのには時間がかかりますが、少しずつ受け入れ、いずれは落ち着いていきます。あまり心配しすぎず「ゆっくりでいいよ」と話を聞き、見守っていけるといいですね。

# エコライフニュース

## 野洲市エコ・アクション・ポイント事業！！！

問い合わせ…環境課☎587－6003、FAX587－3834

市民の皆さんの環境意識の向上や行動変容を促すことを目的に、「エコ・アクション・ポイント」を昨年度より実施しており、会員数が爆増中です！

あなたもエコ活、ポイ活を始めませんか？

### エコ・アクション・ポイントとは？

環境省が推進する全国共通のポイントサービスです。毎日で簡単なエコな行動によりポイントがもらえ、専用アプリ上で貯めたポイントは商品(Amazonギフト券等)と交換できます。

野洲市民限定のエコ・アクションメニュー(ポイントには上限がございます)

○まずはエコアクションポイントアプリの新規登録で100Ｐ
○協力店舗でのお買い物時、レジ袋持参で(毎日) 10Ｐ
○協力店舗にて資源ごみをご持参で(毎日) 10Ｐ
○協力店舗で野洲市産の食材を購入で(毎日) 10Ｐ
など

詳細は市ホームページをご覧ください。

まずは、スマホでQRコードを読み取り専用アプリをインストール。

Available on the App Store　Google Play で手に入れよう

### 野洲市ごみ分別アプリをご利用ください！

ごみの出し方や収集日、問い合わせ先など、ごみ出しに関する情報をアプリにまとめました。

○スマホでごみカレンダーを確認できます。
○分別に迷うものを分別辞典で検索できます。
○通知機能でごみの日をリマインドできます。
○外国語版分別名人を掲載しています。

ダウンロードはこちら

iPhone(iOS)　Android

## 毎月第４土曜は廃食油回収の日

5月24日　午前10時～正午
回収場所：市役所別館横電話ボックス付近　回収物：廃食油、牛乳パック、アルミ缶
問環境課☎ 587－6003、環境基本計画推進会議「エコ資源部会」増村☎ 586－1441