



こんにちは!!
とね子育て支援センターです

12月号

令和元年も残り1カ月になりました。みなさんにとって今年
はどんな一年でしたか? 来年も
良い年になりますように。

** 1月の予定 **

◎とね子育て支援センターの活動は、通常は
文間保育園にて月～金曜日に行っています。
(土・日曜日、祝日はお休みです。)

※ワイワイサロンは、利根町保健福祉センターでの
育児相談日です。
※遊びに来る時は、各自飲み物を持参してください。

7	火	育児相談ワイワイサロン
8	水	●ぽこぽこへ行こう
9	木	★誕生カード作り 1～3月生まれ
10	金	★誕生カード作り 1～3月生まれ
14	火	すっきりサロン
17	金	にこにこ赤ちゃん
20	月	♠すくすく(ミクヨガ)
21	火	♣よちよち
22	水	○ぶちぶちへ行こう
27	月	にこにこ広場
30	木	♥ねんね
31	金	◆赤ちゃん&マタニティさん

★1月9日(木)・10日(金) 午前10時～
「誕生カード作り1～3月生まれ」
保護者の方に作っていただきます。
簡単に出来ますので気軽にご参加ください。
(誕生日は過ぎたけど作ってみたいという方はどうぞ遊
びに来てください。) ※下部写真あり

●ぽこぽこは、親子ふれあいサークルです。
午前10時30分～ 利根町公民館1階
○ぶちぶちは、赤ちゃんとお絵本をつなぐサークルです。
午前10時30分～ 利根町図書館2階

年末年始のお休みについて
12月28日(土)～令和2年1月6日(月)は、支援
センターはお休みです。

支援センターって どんなところ?

利根町在住の、未就園のお子さんと、
その保護者を対象にさまざまな支援を
行っています。

現在は、子育て真っ最中の方向士の
情報交換や、気分転換の場所、子どもた
ちのふれあい体験の場にもなっています。

担当保育士とたわいのないおしゃべりをしたり、相談したりすることで、子
育ての悩みも少しは軽減するのではないかと思います。

何かのきっかけ作りになれば幸いです。



♡♡みんなの声 ～子育てに関わる人を書いて頂くコーナーです～♡♡

嬉しい2人目の孫が誕生。長女に続き長男、まさに一姫二太郎だ。2人
目誕生の知らせを受け、お祝いに駆け付けたものの不覚にも風邪をひい
てしまった。会えるまでの楽しみはLINEで送られてくる画像と動画。日
ごとに成長している様子が手に取るように分かった。上の子(孫の長女)も、
目を見張るような成長ぶりだ。2人目誕生から1カ月、やっと会えた孫を
抱き、2人の健やかな成長を心から願った。今回は、初のじいじの投稿です。

年齢別のサークル
午前9時30分～11時30分
対象：未就園の親子

すくすく・よちよち・
ねんね・赤ちゃん年齢
で分かれて活動する日。

季節や年齢に合わせた制作や戸外活
動・歌・手遊び・育児情報交換などを
取り入れています。

年齢別サークルの対象年齢

♠すくすく 平成28年4月～
平成29年3月生まれ

♣よちよち 平成29年4月～
平成30年3月生まれ

♥ねんね 平成30年4月～
12月生まれくらい

◆赤ちゃん 平成31年1月くらい～

※マタニティさんは、ねんね、赤ちゃんの
日に遊びに来て保護者の方や小さいお子
さんたちと触れ合ってください。

にこにこ広場
午前9時30分～11時30分
対象：未就園の親子

園庭および室内で好きな
遊びを楽しんでください。最後に保育
士の紙芝居や絵本の読み聞かせなども
あります。保育園のお山も人気です。

にこにこ赤ちゃん
午前9時30分～11時30分
対象：ねんね・赤ちゃんの親子
マタニティの方

園庭および室内で好きな遊
びを楽しんでください。情報
交換することで心配事が解決
することもたくさんあります。

保育園の開放(園庭および室内)
月曜日～金曜日(祝日は除く)
午前9時30分～11時30分
午後3時～4時(変更もあり)
対象：未就園の親子

■持参したベビーカーでお庭を散歩す
ることができます。

■お孫さんを見ていらっ
しゃる祖父母の方もご
利用ください。

■雨の日も室内で遊べます。

すっきりサロンへどうぞ
午前9時30分～11時30分

○引越してきたばかりで、
まだお友達がいない親子の方

○昼間お子さんやお孫さんと、
2人きりで過ごされている方

○ちょっと話をしたい、話を聞いて欲
しいという親子の方など、思い切っ
て一度出掛けてみませんか? おしゃ
べりしてすっきりしてお帰りくださ
い。お待ちしております。

里帰り中の方もご利用ください

実家が利根町にある方で、町外にお
住まいの方、子育て支援センターを利
用する事が出来ます。
どうぞ気軽におでかけください。



問い合わせ先
とね子育て支援センター(文間保育園内)
☎68-3194
開園日時 月曜日～金曜日
(祝日を除く午前8時～午後5時)

※案内の手紙は役場子育て支援課・利根町保健福祉センターのお便りBOXに
も入っています。また、町公式ホームページでもご覧いただけます。

認知症の人と家族への援助をすすめる 「第35回全国研究集会in茨城」でシンポジストとして登壇!



登壇されました。
当日は、「つなぐ～認知症の人とその家族が地域の人
と共に生きる社会～」をテーマとして、基調講演、事例発
表、シンポジウムが行われ、認知症の当事者や家族、医療・
福祉関係者、行政等、全国から総勢1,100名を超える方

10月27日(日)、
認知症の人と家族への
援助をすすめる「第35
回全国研究集会in茨城」
がつくば国際会議場で
開催され、羽根野にお
住まいの太田秀子さん
がシンポジストとして

が参加されました。
太田さんは、現在、認知
症のご家族(夫)を自宅で13年
間に渡り介護されています。シンポジウムでは、介護
家族の立場として、日々の介護を通じて出会った近所
の方や「オレンジカフェ」、「介護者の集い」などでの
地域の方々との交流体験を踏まえ、認知症の方と家族
が地域の人と共に生きるためにお互いにとって何が必
要か、また何ができるのかについて講演しました。



参加者の方々は、太田さんの講演に真剣な表情で聞
き入り、認知症の方やその家族への支援の在り方につ
いて、それぞれの立場から共に考える有意義なシンポ
ジウムとなりました。

主催：公益社団法人 認知症の人と家族の会 後援：厚生労働省、茨城県、つくば市、利根町 ほか

介護のポイント編!

～認知症地域支援推進員つばやき⑮～

認知症の方への対応方法の一つとして、指摘や否定、議論をしない
ようにしましょう。また、出来るだけ認知症の方の意思を受け止め、
穏やかな声掛けで対応しましょう。言い聞かせる・理解させようと
しても意味が分からず、反感を抱かせることに繋がります。

第2に、自分が必要な存在であると認識できるように接しましょう。
できる活動を把握し、できることをお願いしてみてください。できた
時は「ありがとう」と感謝の気持ちを伝えましょう。誰でも、感謝を
されるとうれしいものです。できた達成感が自信に繋がり、意欲的な
生活に繋がります。

第3に環境を大きく変えない。人間関係・生活環境の変化には敏感
です。生活習慣やリズムは家族ペースから認知症の方のペースに合

せることも大事です。
第4は、孤独にさせない。定期的に関わる機会を設けましょ
う。孤独は不安感を募らせ、不安感は認知症を悪化させます。

このような介護ポイントがありますが、在宅で介護されているご
家族は、心身の負担が大きく、疲労感も溜まります。ご家族は介護
の専門家ではないので、できないことや疲れてしまうことがあって
当たり前。一人で抱え込まず、地域包括支援センターや認知症地域
支援推進員にご相談ください。介護はお休みがありませんが、介護
する側にも休息をする時間(レスパイト)は必
要です。そのための支援として、介護保険制度
を利用することもできます。

どうぞ、一人で抱え込まず、一緒に考えてい
きましょう。



問い合わせ先 地域包括支援センター ☎68-8941



去る10月5日(土)
に開催された「いきい
き茨城ゆめ国体」の利
根町ウォーキング大会
7キロコースに参加し
ました。当日は気温が
30度近くまで上り、最
後はかなり疲れまし
が、なんとか完歩でき
ました。これも日ごろ
からフリフリ運動集
会からフリフリ運動集
会を動かしていただ
成果だと思えます。健
康のためには、ウォー
キングでもフリフリで
も、とにかく日ごろの
運動習慣が大切です。
高齢者の軽運動とし
て最適なフリフリグッ
パーを始めませんか?

フリフリ地区運動集会予定

場所	日程	開催日 (12月11日～令和2年1月末日の予定)	時間・持ち物
利根町公民館	第1・3木曜日	12月19日、令和2年1月16日	午前10時～11時
利根町民すこやか交流センター	第1・3火曜日	12月17日、令和2年1月7日・21日	・参加無料 ・飲み物、 室内運動靴持参
利根町生涯学習センター	第2・4水曜日	12月11日・25日、 令和2年1月8日・22日	

講師 筑波大学 諏訪部先生・福家先生・桑水先生 ※福祉バス・ふれ愛タクシーをご利用ください

問い合わせ先 利根町保健福祉センター ☎68-8291

主催 利根フリフリクラブ