

さなだっこ

くどサポ
きらら
第1号

九度山保育所



さなだっこ第1号ではくどサポ「きらら」のメンバーや「九度山町子育て世代包括支援センター」について紹介していきます。



保護者が子育ての不安や悩みをかかえたまま、孤立することがないように『気軽に相談』できるのが、家庭教育サポートチームです。保護者や地域の方、みんなが笑顔の町づくりを目指し、地域・学校・行政が協力しながら子育てを応援できるようチーム一丸となって頑張ります。



くどサポきらら・家庭教育支援員を紹介

母子保健推進員（14人）

稻葉 和子・森 澄子
松浦 直美・中村 朱美
野中 小夜子・廣田 久美子
北田 和子・西岡 真規子
寺垣内 里美・海堀 匠美
西峯 雅子・亀潤 美恵子
井上 恵実・福岡 昭子

母子保健推進員は、九度山町長から委嘱された地域ボランティアで、各地区で家庭と行政のパイプ役として活動しています。母子の健康面などについて「良き聴き役・相談役」として、子育て中のお母さんの頼れる強い味方です。

母子保健推進員として、赤ちゃんの時に
関わさせていただいた子どもたちの成長
を楽しみつつ、子育てのお役に立てれば
いいなと思います。

主な活動

- ・妊産婦交流会・予防接種・健診・健康相談等の案内配布
- ・乳幼児健診や親子教室のお手伝い
- ・子育て支援のための研修会参加等をしています。



主任児童委員（2人）

岡 充子・西辻 香

子育てについて良き相談相手になれるよう努めます。



主任児童委員は、地域の子どもたちが元気に安心して暮らせるように、子供たちを見守り、子育ての不安や心配ごとなどの相談や援助を行っています。

学校の運動会、入学式や卒業式などの行事に積極的に参加し、保護者や児童と顔見知りになるよう努めています。また、コミュニティ・スクール学校運営協議会などに参加して、学校や地域の情報を共有し町の子どもたちの健やかな成長を見守っています。町に設置されている交通安全の「飛び出し禁止坊や」の製作も提案しました。さらに、関係機関等との連絡調整や児童委員の活動に対する援助や協力なども行っています。

スクールソーシャルワーカー（SSW）

土屋 佳世子

（社会福祉士・精神保健福祉士・公認心理師）

SSWは、ひとことで言うと、「学校にいる相談員」です。

学校に活動の基盤を置き、福祉の専門知識や技術を用いて、子どもと子どもが置かれている環境（家族、学校、地域等）に働きかける専門職です。

子どもたちが生活の中で抱えている様々な問題（問題行動、低学力、不登校、いじめ、非行等）について、問題を解決するための方法と一緒に考え、サポートしていきます。

こんなことだけど。。。相談してもいいのかな?と思ったら、お気軽にご相談ください。





私たちもサポートします！

学校運営協議会委員・民生委員の経験を生かし、地域の子育てに微力ながら何かお手伝いできればと思っています。

辻居 恵美子

幼稚園在職中には、たくさんのお子さんたち・保護者・地域の方々に出会い、皆様にいろいろ助けていただきました。微力ながら今度は、地域のお役に立つべきだなと思っています。

浦 美幸

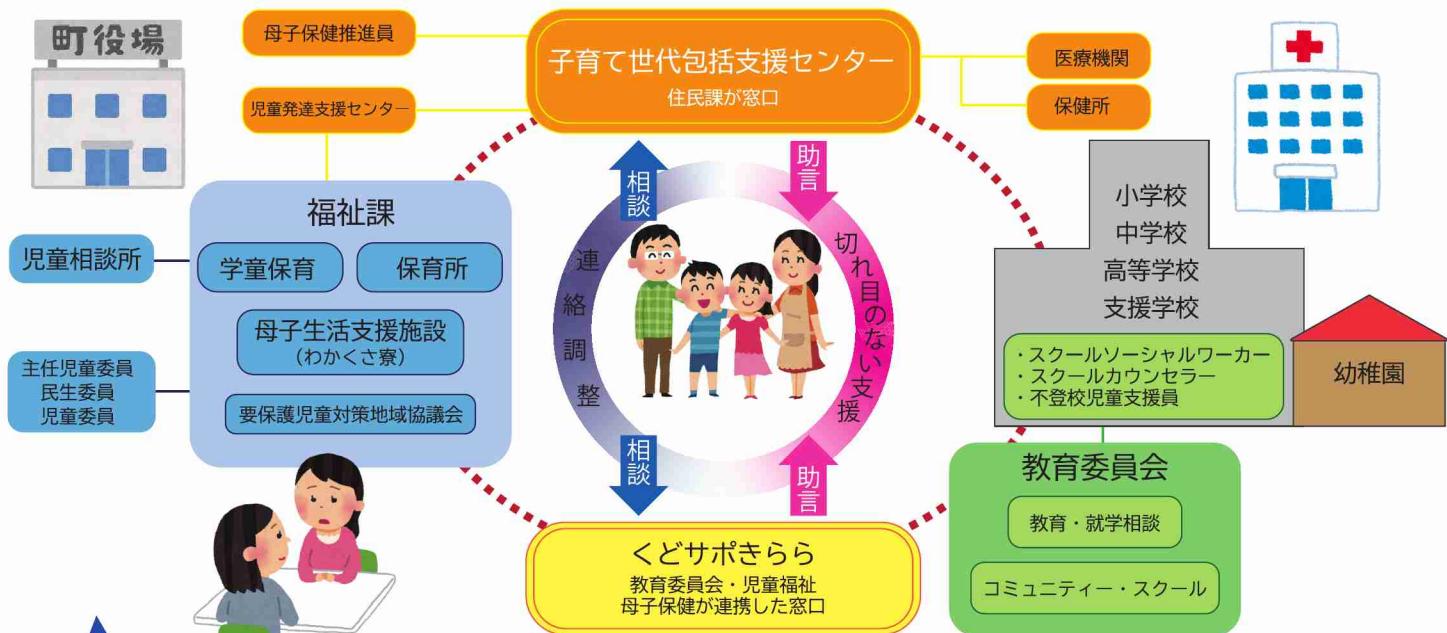
子育て経験者や元学校、幼稚園の先生は心強いサポーターです。

小学校で勤めていたときの経験を役立てられるといいな・・・一緒に悩んだり考えたりすることができたらと思います。

松島 千鶴



九度山町子育て支援連携図



九度山町子育て世代包括支援センター



- 風疹ワクチン接種費用の助成
- 不妊治療費助成
- 妊娠届出・母子健康手帳交付
- 妊娠健康診査受診補助券
- 妊娠婦交流会（個別通知あり）
- 新生児・乳児・産婦訪問
- 乳幼児健診（3～4ヶ月・6～7ヶ月・1歳半・3歳）
- 離乳食指導（乳幼児健診時）
- 10ヶ月・12ヶ月・2歳児健康相談
- 歯科診察・保健指導（1歳半・3歳児健診時）
- 定期予防接種
- ひよこクラブ（未就園児の親子教室 月2回 ※要予約）
- 発達相談（発達相談員による個別の相談支援 ※要予約）



保健師が中心となり、妊娠期から子育て期にわたるまで切れ目のない子育て支援を実施しています。





小学生向けおすすめ本

「とうふやのかんこちゃん」
吉田 道子 / 文 小林系 / 絵

キツネとかんこのふしぎな関係が、父さんのとうふづくりを後押ししていきます。家族のあたたかさと思いやりに満ちあふれた物語です。やさしい絵のタッチに心がいやされます。

「ともだち」
谷川 俊太郎 / 文 和田 誠 / 絵

よい友は一生の宝であり、生きていく上で、友だちがいかに大切かということを、やさしいことばと楽しい絵で語りかけています。

「このほんよんでくれ！」
ベネディクト・カルボネリ / 文
ミカエル・ドゥリュリュー / 絵
ほむら ひろし / 訳

ふとのぞき見した絵本に夢中になったオオカミ。偶然、その本を拾いますが、実は字が読めません。話の続きを知りたいオオカミの願いを叶えてくれたのは…?!

「まどさんからの手紙 こどもたちへ」
まど みちお / 文
ささめや ゆき / 絵

これは、詩人・まどみちおさん（当時84歳）から、ふるさとの小学校の子どもたちに送られた手紙です。子どもたちにこそ大切なことを伝えたい。まどさんの愛が詰まった1冊です。



保護者におすすめ本

『子育てママがほっとする魔法の言葉』 西沢 泰生



心がふーっと軽くなる素敵なおしゃべりと深イイ話満載です (*^0^*)



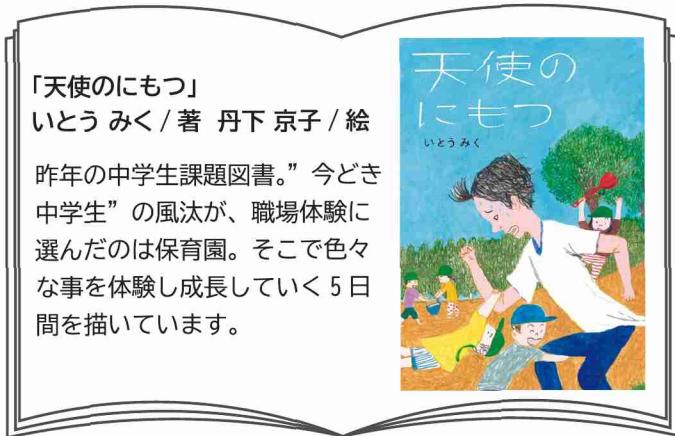
『小児科のぼくが伝えたい 最高の子育て』 高橋 孝雄

悩みが尽きない育児に関する人の心を軽くしてくれる育児本です♪



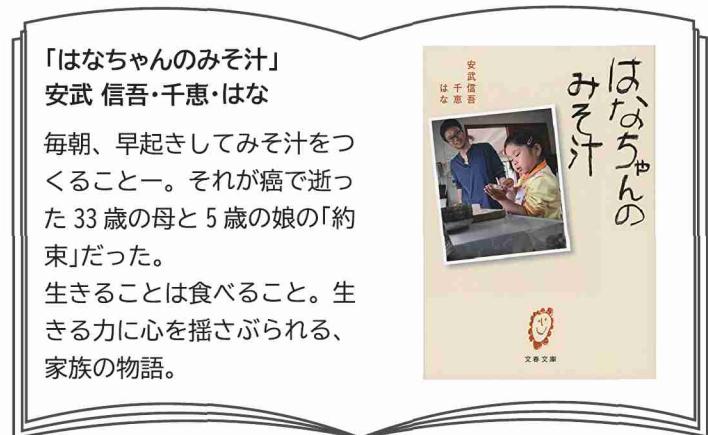


中学生向けおすすめ本



「天使のにもつ」
いとうみく / 著 丹下京子 / 絵

昨年の中学生課題図書。”今どき中学生”の風汰が、職場体験に選んだのは保育園。そこで色々な事を体験し成長していく5日間を描いています。



「はなちゃんのみそ汁」
安武信吾・千恵・はな

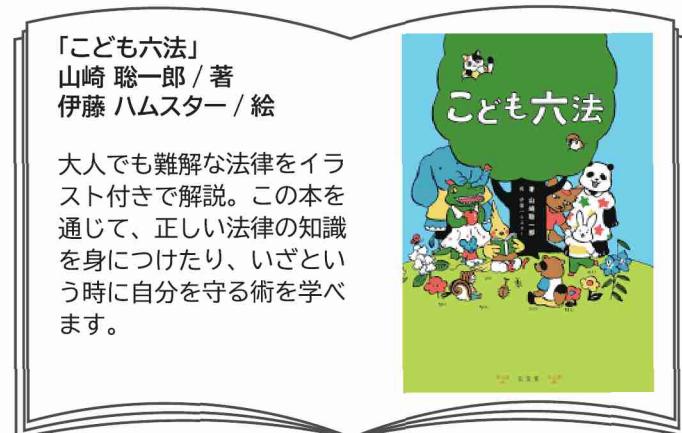
毎朝、早起きしてみそ汁をつくること。それが癌で逝った33歳の母と5歳の娘の「約束」だった。

生きることは食べること。生きる力に心を揺さぶられる、家族の物語。



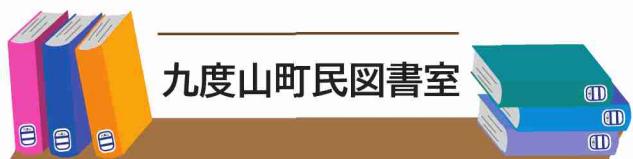
「なぜ僕らは働くのか」
池上彰 / 監修

仕事やお金、働きがい、やりたい仕事の見つけ方などさまざまなテーマをマンガと図解で分かりやすく解説。未来への明るい希望を抱かせてくれる本です。



「こども六法」
山崎聰一郎 / 著
伊藤ハムスター / 絵

大人でも難解な法律をイラスト付きで解説。この本を通じて、正しい法律の知識を身につけたり、いざという時に自分を守る術を学べます。



九度山町民図書室

- ・本を借りるときは、利用カードが必要です。
- ・1人5冊まで、2週間借りられます。
- ・和歌山県立図書館の本を借りることもできます。



町民図書室にきたことがありますか？

おもしろい本がたくさんあり
新着本もそろっています。
コロナ禍で家にいることも多く
なったので、この機会に
ゆっくり本を読みませんか？





かんたん*おすすめ学校給食レシピ「いただきま～す !!」

日々大きくなっていく子どもにとって、栄養バランスの良い食事をしっかりとることはとても大切なことです。とはいえ、食事作りは毎日のこと。いつもいつも完璧にはいきません。栄養バランスについては一日単位、一週間単位くらいで考えましょう。何より、楽しく食べることも大切にしたいですね。



食事のポイント

国の調査で、現代の子どもの食事は塩分を摂りすぎていることが分かっています。少し薄いかな？と思うくらいの味つけを心がけましょう。



【ビビンバ】 4人前

★材 料

[ナムル]

もやし 1袋

ほうれんそう 1束

にんじん 1/2 本

しょうゆ 大さじ 2

さとう 小さ

ごま油

炒りごま

[肉そぼろ]

合い挽きミンチ 300g

しょうが ひとかけ

さとう 大さじ 1 と 1/2

しょうゆ 大さじ1



☆お好みでトウバンジャンやコチュジャン、
ラー油などで辛みを足しても good !

★作り方

[ナムル]

- ①ほうれんそうは4cm幅、にんじんは細切りにする。
 - ②鍋に湯を沸かして、かたいものから順に入れてゆでる。(ひとつの鍋に全部一緒でOK!)
 - ③ザルに取ってよく搾ったら、合わせておいた調味料と混ぜる。

「肉そぼろ」

- ①しょうがはすりおろす。
 - ②フライパンにごま油をひき、ミンチを炒める。
 - ③しょうが、調味料を加え、さらに炒める。
 - ④あたたかいごはんに、ナムルと肉そぼろを乗せたらできあがり。

ごはんとお肉と野菜が一度に食べられます。お肉とほうれんそうで、不足しがちな鉄もしっかりとれます。



【さばのホイル包み焼き】 4人前

★材 料

さば	4切れ
こんにゃく	100g
しめじ	60g (1/2 株)
青ねぎ	適量 (お好みで)
みそ	大さじ2
さとう	大さじ1と1/2
みりん	大さじ1/2
アルミホイル	4枚

- ①こんにゃくは細めの短冊に切り、シメジはほぐし、青ねぎは刻んでおく。
- ②ボールに調味料とこんにゃく、しめじを混ぜる。
- ③広げたアルミホイルにさばをのせ、②と青ねぎをのせたら、
アルミホイルを閉じて包む。
- ④オーブントースターで15分程度焼いたらできあがり。

さばのみそ煮のような甘めのみそ味です。火を使わずにでき、混ぜたり包んだりの作業が楽しいので、子どもと一緒に、子どもが自分で、ぜひチャレンジしてください。

【フルーツヨーグルト】 4人前

★材 料

フルーツ缶	200g (固型量)
バナナ	1本
無糖ヨーグルト	200g (1/2 パック)
さとう	大さじ1と1/2

★作り方

- ①フルーツ缶の汁をきっておく。フルーツが大きければ食べやすい大きさに切る。
- ②バナナは5mmの輪切りにする。
- ③材料をすべて混ぜ合わせてできあがり。



成長期の子どもにとって大切なカルシウムは、乳製品から摂取するのが手軽です。

☆給食ではパイン、みかん、黄桃のミックスフルーツ缶を使っています。

☆バナナ以外にも、りんごやキウイ、いちごなど、お好きなくだものはどうぞ。

学校給食で人気の献立はやっぱり唐揚げやハンバーグですが、どのクラスでもしっかり食べてってくれるのが「おみそ汁」です。煮物ほど手間もかからないし、具材はなんでもOK! 野菜、きのこ、お豆腐、油揚げ、海藻、いろいろ入れて、具だくさんでごはんのおかずになるおみそ汁にするのがおすすめです。子どもと一緒に、子どもが自分で、ぜひ作ってみましょう。





今こそ家庭教育支援が大切

家庭教育はすべての教育の出発点です。基本的生活習慣をはじめ、人に対する信頼感や思いやり、社会的なマナーなどを身につけ、自立した大人に成長できるように、家族のサポートやふれあいは必要不可欠です。そして、子どもたちを支える保護者の気持ちが安定していることもとても大切です。保護者が子どもに余裕をもって接することができれば、子育てを楽しむことができます。

ちょっと気になることや困っていることなど気軽に「きらら」へご相談ください。



行政サポートメンバーを紹介

教育委員会学校教育課

北山 尚有（指導主事）

東芝 美由紀（くどサポきらら事務局）

住民課（子育て世代包括支援センター）

垣花 若子（保健師）

栗本 奈緒美（保健師）

福祉課

川西 正悟（児童福祉担当）



くどサポ「きらら」の由来

子どもたちの瞳が、笑顔が、未来が輝きますように
という思いを込めて「きらら」と名付けました。

9月には保護者向けの子育て講座を開催する予定です。「こんな話が聞いてみたいな」「こんな時、どうする？」など、子育てに関する内容の希望がありましたら、ご意見をお聞かせください。

編

集

後

記

新型コロナウィルス感染症の流行で、大人はもちろん子どもたちの生活にも大きな影響を及ぼしています。昨年度のように新学期早々、一斉に休校になるような状況はありませんでしたが、以前のように自由に外出することができなかったり、マスクを着用しての会話など、人とのコミュニケーションにはまだまだ不自由を強いられています。

「がまん、がまん！」のこのご時世、ストレスをためずうまく乗り越えていくためにも親子でクッキングや親子でDVD鑑賞、親子で手作り〇〇など、親子で楽しめるような工夫を考えてみましょう。

発行日 令和3年5月1日 発行 九度山町家庭教育サポートチーム きらら

【お問い合わせ】 〒648-0198 和歌山県伊都郡九度山町九度山 1190

TEL: 0736-54-2019 FAX: 0736-54-4670