



さんさん通信

8・9月号

VOL. 65

2019. 8. 1

子育てひろばさんさんさん

～こんにちは、“子育てひろばさんさんさん”です～

ひろばってなあに？

「ひろば」は気軽に立ち寄り、誰かに会える
フリースペースです。

誰でもいつでも参加できます。

子育て中の親子のための ひろば です。

誰もがゆっくり育ちあう場所です。

おいでよ！
さんさんひろば

さんさんひろば

毎週火曜日(祝日除く)

午前10:30～午後3:30まで



「さが多胎ネット」誕生！

～双子、三つ子…の子育て～



令和元年5月25日のふたごの日、「さが多胎ネット」が発足しました。多胎とは双子や三つ子などのことです。多胎の妊娠・出産は大変リスクが高く、育児は非常に過酷で、多胎家庭の虐待死の発生頻度は一般家庭の2.5～4倍高まると言われています。そんな多胎家庭を多胎育児経験者と行政、医療、福祉、子育て支援者などが連携し、妊娠期からの切れ目のない支援をしていくことが目的です。

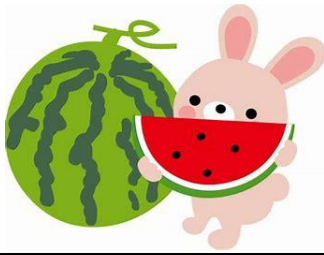
私自身、双子含む3人の子どもの母親で、子育てに疲れ果て、自信喪失、自己嫌悪の時期がありました。そんなある日、買い物中に会った双子先輩ママにつらい気持ちを聞いてもらったことがありました。帰り際に「必ず楽になるよ。少しずつだけど必ず楽になるよ。だから今は大変だけど頑張るってね」という励ましの言葉をもらい、それを希望に踏ん張ることができました。

私はあの先輩ママにももらった優しさのバトンを、次のママたちに渡すお役に導かれたのだと思います。

佐賀市が平成13年に「多胎支援」として始めたひろばのお手伝いをするこになり、平成16年に「双子・三つ子サークルグリーンピース」を発足しました。あれから19年、たくさんのママやパパにまでバトンを渡すことができました。



4面につづく・・・



これからのさんさんひろば



8月

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6 夏休み	7	8	9	10	11 山の日
12 振替休日	13 夏休み	14	15	16	17	18
19	20 さんさんひろば	21	22	23	24	25
26	27 さんさんひろば	28	29	30	31	

※6日と13日はさんさんひろばはお休みです。

ご注意ください



A・SE・MO (あせも) のはなし



夏になると気になるのが、子どもたちの「あせも」ですね。汗をかきやすい首やひじの内側、ひざの裏側をはじめ、背中や胸まで広範囲にあせもができてしまうこともあります。

もともと、汗は決してやっかいものではありません。むしろ、体温調節のために欠かせないもの。かいた汗は蒸発するときに身体の熱を奪い、体温が上がりすぎるのを防いでくれます。

ところが、大量の汗をかき続け、そのまま放置しておく、汗に含まれる塩分やほこりなどで汗の通り道がふさがれます。行き場を失った汗は、皮膚の内側（表皮）にたまり、周辺の組織を刺激して炎症を起こします。これが『あせも』です

あせもを防ぐには、汗を長時間皮膚に残さないことが大切です。

汗をかいたら早めにシャワーなどで流して皮膚を清潔にしてあげましょう。すぐにシャワーを浴びることができない場合は、ぬれタオルで拭いてあげることで、汗がひき、皮膚が清潔になって汗の通りがよくなります。拭くときはゴシゴシとしないように気をつけてくださいね。乾いたタオルの場合も、刺激にならないようにやさしく(^_^)

そして、汗を拭いたら着替えさせてあげましょう。

望ましい衣類は、汗を良く吸う綿などで、その意味で袖があるものが良いです。





9月

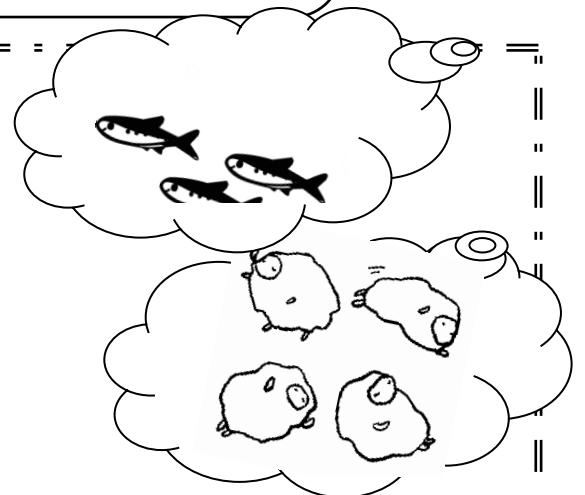
月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3 さんさんひろば	4	5	6	7	8
9	10 さんさんひろば	11	12	13	14	15
16 敬老の日	17 さんさんひろば 講座:絵本のひろば	18	19	20	21	22
23 秋分の日	24 さんさんひろば	25	26	27	28	29
30						



9月の子育て講座は・・・絵本のひろば 17日(火) 11:00～

「こどもの本屋ピピン」の迎洋子さんによる絵本講座です。
 今回のテーマは、「からだを動かす絵本」です。どんな絵本かな? どうぞお楽しみに
 ※資料がある場合は、資料代(コピー代)をいただくことがあります。

雲を眺める ～秋の空のスケッチブック～



秋は空気が澄んでいますので雲を眺めるのは絶好の季節です。
 雲の出る順番はある程度決まっていますが、勝手に言えば変ですが、
 待っていてもいなくても、雲の方が私たちに近づいてくるのです。
 雲は低気圧とともにやってきますから、雲を眺めるには天気が下
 り坂の 때가チャンスです。低気圧が近づいてくるとき、真っ先に
 姿を見せるのが巻雲や巻積雲です。巻雲にはもつれ雲、すじ雲の
 愛称があり、巻積雲は翳(いわし)雲と呼ばれたりします。



つづいて現れるのが巻層雲、そして後から高層雲がやってきます。この雲の愛称が羊(ひつじ)雲で、青空を牧場に雲を羊に見立てたものです。この雲が太陽の下を横切ると雲の縁が淡い緑色やピンクに彩られることがあります。これを彩雲といい、いいことが起こる兆しと言われていました。ヨーロッパでは黄金の羊と呼ばれているそうですよ。
 ...秋の空、親子で楽しんでみませんか?

(「空の名前」高橋健司写真・文(光琳社出版)より)

「さが多胎ネット」誕生！

・・・1面からつづき

さが多胎ネットを発足するに至ったきっかけは、平成28年に多胎の研究の第一人者の大木秀一教授の研究協力メンバーになったことでした。私はそこで全国の先駆的な多胎支援活動をしている仲間に出会い衝撃を受けました！「このままではいかん！佐賀をどがんかせんば！」と思いました。そしてその年に大木先生による「なぜ多胎支援が必要なのか」という講演会を開催しました。思えばあの講演会が佐賀県が多胎支援のスタートになりました。平成29年からグリーンピースを中心とした仲間が多胎支援活動を始めました。ピアサポート活動（佐賀病院での多胎妊婦との交流会や、佐賀市で母子保健推進員として多胎の赤ちゃん訪問など）や啓発講演会、昨年は「多胎ファミリー応援フェスタ」を開催しました。今年は妊娠期の多胎家族対象の「多胎ファミリー教室」を開催します。

これからもみんなで力を合わせ、行政、医療、福祉などと連携しながら活動していきます。みなさんも応援してくださいね！



さが多胎ネット
代表 中村由美子

心の箸やすめ

「とんちんかん」と書かれたページで子は笑う 必ず笑う 「とんちんかん」で

歌集「生まれてバンザイ」（俵 万智）より

子どもによって それぞれツボは違うでしょうが、“お気に入り”の場面やページ、そしてことばは必ず存在しますね。そこにさしかかる時は読み手である親の方まで妙にワクワクしたものです。「ほうら、やっぱり笑った！」予想通りとはいえ、キャッキャッと笑う子どもの笑顔に 可笑しく嬉しい幸せな時間を過ごしたものです。0歳から絵本に親しむ機会がググッと多くなった昨今、この“お気に入り”のページが絵本の楽しさを知る扉となればいいですね。素敵な時間となりますように♡



スタッフ大募集中!

「子育てひろばさんさんさん」は、



多くのおとなが手をつなぎあって子育てを支援していくことが大切だと考えています。

「さんさんひろば」をいっしょにやってみませんか？

賛助会員も随時受け付けています。

お問い合わせ・入会申し込み

子育てひろばさんさんさん

佐賀市白山2丁目1番12号 佐賀商工ビル7F 市民活動プラザ No.103

TEL/090-3011-0333

FAX/0952-40-2011

