



★お盆休館★ 8/14(金)・15(土)

夏本番を迎え、毎日暑い日が続いています。8月は下呂の夏を彩る「龍神まつり」や花火大会など、心躍る行事が楽しい季節ですね☆ご家族で夏ならではの思い出をたくさんつくりながら、ぜひ児童館にも遊びに来て下さい。こまめな水分補給や休息を心がけながら、楽しい夏を過ごしましょう！(※児童館には、お茶か水を持ってきてね)

gerokatei
下呂市こども家庭課

めぐりんご HP



遊ぶ
あそび
世界に一つだけの花

めぐりんご HP の二次元コードより、各施設のおたよりが見られます。めぐりんごビンゴカードを持って、色々な施設に遊びに行ってみよう！
下呂市こども家庭課のインスタでもご覧いただけます☆

★親の心を楽にする4つの戦略的マインド★

乳幼児期のイヤイヤ期や「我慢できない」我が子に直面したとき、親側のメンタルを保つのは本当に至難の業です。頭では分かっているのに「イライラしてしまう」のは、親として当然の感情です。戦略的マインドにおいて、親側のマインドセットは「気合や根性で耐える」のではなく、「システムと捉え方を変えて、自分の脳の省エネを図る」というアプローチをとります。

①「わがまま」ではなく「脳の工事中」と捉える(リフレーミング)

★戦略的思考:「この子は今、脳の配線工事を頑張っている最中なんだな。現場監督として見守ろう」と、一歩ひいた客観的な視点を持つことで、感情の爆発を防ぎます。

②「打率3割」でプロ野球選手(完璧主義の放棄)

★戦略的思考:「さっきの作戦は空振りだったか！じゃあ次は別の(作戦)を投げてみよう」と、ゲームの試行錯誤のように捉えます。失敗は親の能力不足ではなく、単なる「データ収集」です。

★8月お誕生日会★

am11:00~2 階和室

8/31(月)



♪内容: パネルシアターなど

★写真を撮りますので
早めに来て下さい！
事前撮影もできます☆

★プレゼントがもらえるよ！★

※誕生日は、前日までに窓口・電話・
フォームいずれかで申込みをして下さい♪

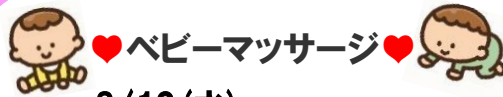
◆次回…9/30(水) ※毎月平日月末。
予定変更する月もあります。



ぽろかえるねっと



: 下呂市の子育てを応援する
総合情報サイトです。こども園・支援センター
児童館等、各施設の情報が掲載されています。



8/19(水) am10:00~11:00

2 階和室

助産師: 小林英子さん[こばやし母乳育児相談室]

対 象: 9ヶ月未満のお子さん/持ち物: バスタオル

※前日までに窓口・電話・フォーム
いずれかで申込みして下さい

◆次回…9/16(水)
※毎月第3水曜日



世界に一つだけの花

○リトミック○ 9/2(水) am 10:30~11:00 2 階和室

♪講師: 赤梅千絵さん(あかうめ音楽教室) / 持ち物: お茶



※前日までに窓口・電話・フォーム
いずれかで申込みをして下さい♪

音楽に合わせて体を動かしたり歌うことにより、音感やリズム感など基礎能力を身につけます。また、知育としても注目されており、脳が発達する幼少期に音楽で脳をたくさん刺激し、自分で考え表現することで「思考力」「想像力」も育みます。 ◆次回…1/27(水)

③主語を「子ども」から「自分」に変える(コントロールの分離)

★戦略的思考: コントロールできるのは「自分の行動・声掛け」だけです。「子どもを動かす」ではなく、「私は次の作戦を試す」ことに集中します。

結果はどうであれ、作戦を出せた自分に「はなまる」を出しましょう。
④タイムアウト(お互いの安全確保): 親だって人間なので、どうしても怒りが爆発しそうな瞬間があります。その時は、戦略的に「その場を離れる」のが正解です。

す み れ っ こ

8/12(水) am10:00~

内容: 消防署見学

場所: 下呂市消防本部



※車は署の方が誘導して縦列駐車します。

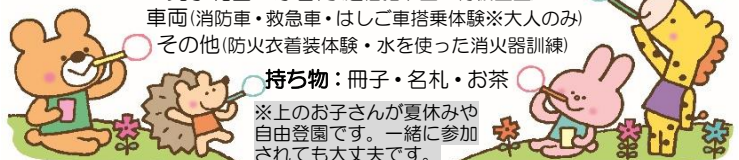
見学範囲: 庁舎内(通信指令室・待機室)

車両(消防車・救急車・はしご車搭乗体験※大人のみ)

その他(防火衣装着体験・水を使った消火器訓練)

持ち物: 冊子・名札・お茶

※上のお子さんが夏休みや
自由登園です。一緒に参加
されても大丈夫です。



☆バルーン教室☆

pm1:30~3:00 場所: 児童館

※毎月第3土曜日

9/19(土)

ボランティア

: 細江信章さん

好きなバルーン
2個つくれるよ!

※8月はお休みです



《開館時間》 am 9:00~11:30

pm 1:00~ 5:00

※午前中は、お片付けの後に絵本の読み聞かせがあります。

【問い合わせ】下呂中央児童館: 0576-74-1188