

せきっこだより

5月号(令和8年)

発行：関市子ども家庭課
わかくさ・プラザ
総合福祉会館1階
『子育て支援 せきっこ』
TEL：23-2296

《リニューアル》臨床心理士に聞こう！子育てセミナー＆相談会 2026

ネットをみれば、情報は盛りだくさん。でも、結局どうすればいいの！？具体的に知りたい！

そんなお悩みをお持ちの子育て世帯のみなさまに向け、「もっと身近に、子育て支援の専門家に相談できる機会」をコンセプトに、2025年から「臨床心理士に聞こう！子育て“ぶち”相談会」を開催しました。

スマートフォンの使い方、癇癢の理解と対応、登校・登園しぶりの初期対応など、子育て世帯のみなさまにとって関心の高いテーマを題材にお話し、2025年度は100名以上の方にお申込みいただきました。ありがとうございました。

2026年度はリニューアルし、さらに多くの方に広くご参加いただける機会と、より深くより具体的に対応方法を相談できる機会を提供できるよう、2つのコースをご用意しました。

「どちらのコースも参加したい」「気になるテーマだけ参加したい」など、大歓迎です。

お誘いあわせのうえ、是非一度、足を運んでいただければと思います。

(保護者向けの内容ですが、支援者のご参加も大歓迎です。)

① 子育てセミナー

(各回 75分、定員 20~30名程度)

- ・子育てセミナー＆相談会に初参加の方
 - ・子育て情報を集めたい
 - ・人前で話さず、聞くだけ参加したい
- 上記のような方にオススメしたいのが、「子育てセミナー」です。

《内容例》

メディア機器との付き合い方、実際に支援を受けた保護者から話を聴く会など

② 子育て“ぶち”相談会

(各回 75分、定員 10名程度)

- ・ほかの家庭の話を知りたい
 - ・少人数で深く学びたい
 - ・具体的な対応を知りたい
- 上記のような方にオススメしたいのが、「子育て“ぶち”相談会」です。

《内容例》

実践！親子コミュニケーション、「こんなことも相談していいの？」～子育てQ&A～など

講師は、昨年に引き続き、子育てや不登校・不登園などの支援をしている、子ども家庭課・家庭児童相談係の心理相談員（公認心理師・臨床心理士）が担当します。

各回のテーマについては、関市のホームページ、子ども家庭課のInstagram等で、その都度ご案内します。

お誘いあわせのうえ、ご参加ください！！

子ども家庭課
Instagram
→ → →



ことばを覚え始めたこどもたちへ(2) 「そっとね」

前号では「だいじ」という言葉についてお話しましたが、今回は「そっとね」についてお話しします。T先生はよく「そっとね」という声かけを子どもがおもちゃや本などを片付けるときにしていました。少し声を落としてささやくようにです。子どもは手先の器用さや力の入れ加減が発達途上なので、自分の思うように手足を動かすことが苦手なので、人やものを丁寧に扱うように教える練習の意味もあると言っていました。「そっとね」と声を低めて言うことで、力を弱める雰囲気を作り出す効果もあるそうです。

子どもは脳の発達が不十分で、衝動的に行動します。衝動的なのでしばしば、乱暴に人やものに接することが多くなりがちです。幼いうちから、身体的にも精神的にも自分で自分をコントロールできるようにすることは大切です。じょじょに自己抑制力(自己コントロール力)を高めて人やものに対して、丁寧にしかかわることの大切さを教えていきましょう。

自分をコントロールできる力が身につけば、学校に通うようになってから、勉強や活動で集中力や持続力が身につく、目標を達成したり、満足のいく結果を得られたりするようになります。また友達にも優しく接することができて、円満な人間関係を築くことができます。

以上のように自己抑制力を身につけることが将来の幸福につながるといっても過言ではありません。自己抑制力を身につける第一歩は「そっとね」。

☆乳幼児相談のお知らせ(身体計測・育児相談)

関市保健センター	5月13日(水)	9:00~10:00
武芸川保健センター	5月25日(月)	9:00~10:00
洞戸ふれあいセンター	5月21日(木)	9:00~10:00
武儀福祉センター	5月29日(金)	9:00~10:00

(武儀地区乳幼児相談は武儀保健センターか武儀福祉センターで行われます)

※下記の各保健センターへ予約してください。

武芸川保健センター	46-2899
洞戸・板取保健センター	0581-58-2204
上之保・武儀保健センター	40-0020

※関市保健センターの乳幼児相談はネット予約のみになります。
右記のQR(関市ホームページ)コードからご予約ください。



5月の行事案内

日	月	火	水	木	金	土	
開館施設記号 () 内は休館日 下線の行事は 申込が必要		わ：わかさ児童センター（月） 安：安桜こども館（火） む児：むげがわ児童館（月） 洞：洞戸子育てサロン（水・金・土・日・祝） む支：むげがわ子育て支援センター（土・日・祝） は：ははこぐさ（土・日・祝） 旭：旭ヶ丘子育てサロン（月・木・土・日・祝） 儀：武儀子育てサロン（火・木・土・日・祝） す：すすくランド（各地域（小学校区）のお住まいの方のみ参加可能） せ：せきっこひろば				1 わ安む児む支は旭儀 わ：スマイルタイム 10時半 せ：鮎之瀬10時 せ：桜ヶ丘10時	2 わ安む児
3 わ安む児	4 わむ児	5 わむ児 わ：「作ってあそぼう とばしてキャッチ」10時半（当日20組） わ：「わくわくカズーブづくり」14時（当日20組）	6 わむ児儀	7 わむ支は洞 安：キッズタイム 11時15分	8 わ安む児む支は旭儀 わ：スマイルタイム 10時半 <u>は：おしえて♡助産師さん</u> 10時15分 す：田原 10時 せ：鮎之瀬10時 せ：桜ヶ丘10時	9 わ安む児 安：シルバニアの日 13時半 わ：卓球の日 9時半 む児： <u>みんな集合「キラキラボトル製作」</u> （先着20名）10時 は：くらちみんなの広場 9時	
10 わ安む児	11 安む支は洞儀 安：おはなしとびら 10時半	12 わむ児む支は旭洞 <u>む支：フォトブース撮影会「プチチェリーパーティオ」</u> 10時半 せ：倉知 10時 せ：下有知 10時	13 わ安む児む支は旭儀 わ：わくわくタイム 10時半 む児：のりもの・おはなし広場 10時 <u>は：抱っこと発達の子講座（予約5組）</u> 10時15分 は：1歳のよちよち広場 13時半 せ：田原 10時 せ：富野 10時	14 わ安む児む支は洞 わ：ぐるんぐるんおえかき 10時半 安：キッズタイム 11時15分 す：下有知 10時半 せ：桜ヶ丘10時 す：富野 10時 せ：富岡10時 せ：西部10時 は：午後休館	15 わ安む児む支は旭儀 わ：スマイルタイム 10時半 <u>む支：いちごちゃんくらぶ</u> 10時半 <u>は：Kula ママヨガ 10時</u> <u>は：ゆったりおしゃべりの日（予約1組）</u> 13時半 す：西部10時 せ：鮎之瀬10時 せ：桜ヶ丘10時	16 わ安む児	
17 わ安む児	18 安む支は儀 す：てらっこ 10時	19 わむ児む支は旭洞 わ：防災とぬりえ 10時半 <u>む支：りんごちゃんくらぶ</u> 10時半 せ：倉知 10時 せ：下有知 10時	20 わ安む児む支は旭儀 わ：わくわくタイム 10時半 む児：のりもの広場 10時 は：3B体操広場 10時半 は：午後休館 せ：田原 10時 せ：富野 10時	21 わ安む児む支は洞 安：キッズタイム 11時15分 <u>む児：パパ・ママと一緒に「プレゼント手形製作」</u> 10時半 は：子ども服リユース広場 9時 は：わいわい交流広場 10時15分 は：午後休館 せ：富岡10時 せ：西部10時	22 わ安む児む支は旭儀 わ：スマイルタイム 10時半 <u>む支：足形バッグづくり</u> 10時半 <u>は：みんなで子育て楽しい輪ニコニコゆったりTime（予約10組）</u> 13時半 す：旭ヶ丘10時 せ：鮎之瀬10時 せ：桜ヶ丘10時	23 わ安む児	
24 わ安む児	25 安む支は洞儀 安：リズムック&5月お誕生会 10時半	26 わむ児む支は旭洞 <u>む支：Happy Anniversary</u> 10時半 す：富野 10時 せ：倉知 10時 せ：下有知 10時	27 わ安む児む支は旭 わ：わくわくタイム 10時半 む児：のりもの広場 10時 <u>は：バランスボール講座（予約5組）</u> 10時15分 は：0歳の赤ちゃん広場 13時半 せ：田原 10時 せ：富野 10時	28 わ安む児む支は 安：キッズタイム&5月お誕生会 11時15分 <u>は：ベビーマッサージ講座（予約5組）</u> 13時半 せ：富岡10時 せ：西部10時	29 わ安む児む支は旭儀 わ：スマイルタイム 10時半 す：倉知 10時 せ：鮎之瀬 10時 せ：桜ヶ丘 10時	30 わ安む児	
31 わ安む児							