

地域おこし協力隊の
【お仕事図鑑】
運動はすべての土台になる！



皆さんこんにちは！佐藤柚羽です。時間というものはあっという間で、もうすぐ地域おこし協力隊の任期が終了します。この3年間、にかほ市のさまざまなスポーツ分野にたくさん関わらせていただきました。BSスポーツクラブの子ども向け運動教室事業のサポートをしたり、自分自身でも運動教室の運営やコーチをしたり、公民館の放課後子ども教室の講師やサポートとして関わらせていただいたりと、全ての経験と出会いに感謝しています。

私はこれまで運動教室のコーチの経験などはなく、勉強の毎日でした。それでも、初めて教室を開催したときはかなりの申し込みがあり、とても嬉しかったことを今でも覚えています。不慣れな部分も多く毎回反省ばかりでしたが、アンケートで「子どもが楽しそうに運動をしていて嬉しかった」「また参加させたいと思った」など暖かい言葉をいただき、それが励みになっ

ていました。子どものうちに1つの専門競技に特化するだけでなく、他の競技にもチャレンジしていろいろな体の動きを経験してみることで、体の使い方が自然と身に付き、土台ができていきます。それにより、自分が思っているとおり体を動かせるようになったり、怪我をしにくくなったり、メリットがたくさんあります。そして、何より私は子どもたちに体を動かすことは楽しいと感じてほしいです。運動が得意な子はもちろん、あまり得意ではない子でも、私の教室では「楽しい」「できる」という体験をしてもらえるような内容にしようと思いつきました。その気持ちが少しでも伝わっていたら嬉しいです。

外から来た私を暖かく受け入れ、気にかけていただき本当にありがとうございました！そしてこれからもよろしくお願いいたします！



佐藤 柚羽
Yuzuha Sato
出身地：北秋田市



あのおのの
happy育児

赤ちゃんの体を観察してみよう②～耳・口～

先月から赤ちゃんの観察ポイントを紹介しています。今月は耳と口です。耳は優しく触れてみましょう。むきぐせがあると左右で柔らかさが違う場合があります。口はあいた時に歪んでいないかを見ます。哺乳がしっかりできるように舌の動きも確認しますよ。



今回のモデルもいつきちゃん。4月号まで活躍してくれますよ
問にかほ市ネウボラあのお(金浦保健センター)☎38-4200

子育て支援センターだより



仁賀保子育て支援センター「なかよし」は月2回「なかよし講座」やイベントを開催。今回はなかよし講座「節足型アート」の様子。子どもたちの足型を取ってその上に鬼の絵を描いて皆で楽しみました。

こどもカレンダー 問にかほ市ネウボラあのお☎38-4200/生涯学習課☎38-2171/象潟子育て支援センター☎74-6204/仁賀保子育て支援センター☎32-3200/金浦子育て支援センター☎38-2291/象潟上郷地域子育て支援センター☎44-2314

| イベント | 日時 | 内容 |
|-------------------------------|--|--|
| にかほ市ネウボラあのお | | |
| マタニティ・ママカフェあのお | 2/1(木)、8(木)、29(木)・10:00～12:00 | 妊婦さんやママ達が集って自由に過ごします。助産師や保健師への相談もできます。 ▶会場…にかほ市ネウボラあのお/▶対象…市内在住の妊婦・ママ・未就園児/▶問合せ…にかほ市ネウボラあのお |
| 産後ママと赤ちゃんのからだケア教室 | 2/17(土)・10:00～11:30 | 産後のママと赤ちゃんの発達を促す抱き方等実技をまじえた教室 ▶会場…にかほ市ネウボラあのお/▶対象…R5.12月～R6.1月生まれの赤ちゃん和妈妈/▶定員…6組/▶ℙ…2月14日(水)/▶問合せ…にかほ市ネウボラあのお |
| 妊娠期の産むからだづくり教室 | 2/17(土)・13:30～15:00 | お産の経過や骨盤の役割などの講話や実技を含めた教室 ▶会場…にかほ市ネウボラあのお/▶対象…妊娠6か月以降の妊婦/▶ℙ…2月14日(水)/▶問合せ…にかほ市ネウボラあのお |
| ころころ寝返りを促す赤ちゃんの発達応援教室 | 2/22(木)・10:00～11:30 | 寝返り期以降の赤ちゃんの発達を促す遊び方等の講話・実技を含めた教室 ▶会場…にかほ市ネウボラあのお/▶対象…R5.9月～10月生まれの赤ちゃんパパママ/▶定員…6組/▶ℙ…2月19日(月)/▶問合せ…にかほ市ネウボラあのお |
| 骨盤ケア教室 | 2/22(木)・13:30～15:00 | 妊娠により生じた骨盤の歪みやトラブルのケアを行う教室 ▶会場…にかほ市ネウボラあのお/▶対象…妊娠6か月以降の妊婦/▶ℙ…2月19日(月)/▶問合せ…にかほ市ネウボラあのお |
| パパママ教室あのお | 3/2(土)・9:20～12:00 | ▶会場…にかほ市ネウボラあのお/▶対象…R6.4月～7月に出産予定の夫婦/▶ℙ…2月28日(水)/▶問合せ…にかほ市ネウボラあのお |
| 象潟子育て支援センター「くうちよきばあ」 | | |
| 真弓の金曜日「親子でうんどうあそびほか」 | 2/2(金)・10:00～11:30 | ▶会場…象潟保健センター/▶対象…保育園等入園前のおともだち/▶定員…8組/▶ℙ…2月1日(木)/▶問合せ…象潟子育て支援センター(象潟保健センター内) |
| 「リズム遊び」 | 2/21(水)・10:00～11:30 | ▶会場…象潟保健センター/▶対象…保育園等入園前のおともだち/▶定員…8組/▶ℙ…2月16日(金)/▶問合せ…象潟子育て支援センター(象潟保健センター内) |
| すくすく開放日 | 2/5(月)、6(火)、7(水)、9(金)、13(火)、14(水)、16(金)、19(月)、20(火)、26(月)、27(火)、28(水)・9:00～15:00 | 自由気ままに利用ください。子育て中の皆さんの空間です。 今月のつくっちゃおは「おひなさま」だよ！ ▶会場…象潟保健センター/▶問合せ…象潟子育て支援センター(象潟保健センター内) |
| 仁賀保子育て支援センター「なかよし」 | | |
| 「豆まき会」 | 2/2(金) | ▶会場…仁賀保子育て支援センター/▶対象…保育園等入園前のおともだち/▶問合せ…仁賀保子育て支援センター |
| なかよし講座「足型アート」 | 2/15(木) | ▶会場…仁賀保子育て支援センター/▶対象…保育園等入園前のおともだち/▶ℙ…2月9日(金)/▶問合せ…仁賀保子育て支援センター |
| 金浦子育て支援センター「にこにこ」 | | |
| 子育てサークル「アイシングクッキー作り」 | 2/1(木) | ▶会場…金浦子育て支援センター/▶対象…未就園児の保護者/▶定員…8人/▶ℙ…問い合わせください/▶問合せ…金浦子育て支援センター |
| 遊びの講座「お雑草作り」 | 2/22(木) | ▶会場…金浦子育て支援センター/▶対象…保育園等入園前のおともだち/▶問合せ…金浦子育て支援センター |
| 象潟上郷地域子育て支援センター「星城ひろば」 | | |
| 「元氣いっぱい雪遊び」 | 2/15(木) | ▶会場…象潟上郷地域子育て支援センター/▶対象…保育園等入園前のおともだち/▶定員…5人/▶ℙ…2月14日(水)/▶問合せ…象潟上郷地域子育て支援センター |
| 「ベビーマッサージ」 | 2/22(木) | ▶会場…象潟上郷地域子育て支援センター/▶対象…保育園等入園前のおともだち/▶定員…5人/▶ℙ…2月15日(水)/▶問合せ…象潟上郷地域子育て支援センター |