



楽しく子育て!

～香川県立図書館 子育て支援コーナー通信～

第138号

発行日

2019年2月19日

毎月19日は、「かがわ育児の日」

司書のオススメ本 ～2月の新着図書から～

『子どもがダイエットに一生悩まなくなる食事法』
牧野 直子／著 KADOKAWA／刊 2019.1

著者によると、まず、適正体重をキープするための食事のポイントとなるのは、「適量の感覚を身につける」こと。ワンプレートや小皿に一人分ずつ盛ることで適量が把握できるようになるのだそうです。子どもの頃から適量で食事するクセがついていれば、大人になってからも食べ過ぎることはないとのこと。本書には、栄養バランスがよく、見た目も美味しそうなワンプレートご飯のレシピがたくさん掲載されています。

現在、太りすぎの息子が、将来ダイエットに悩まなくてすむよう、我が家でもワンプレートご飯を取り入れてみようと思います。



『心と体がのびのび育つ0～2歳児のあそび図鑑』
波多野 名奈／監修 池田書店／刊 2018.11



本書で紹介されている遊びは特別なものではなく、簡単にできるものばかりです。でも、著者の言うとおり、どれもが『こんなのも、遊びになるのか!』という発見にあふれている。、『遊んであげなきゃ』という気負いが、少し軽くなる。』遊びです。例えば、0歳のねんねしている頃の遊びは、「大かぜ、こいっ!」。赤ちゃんに向かってスカーフなど薄い布をひらひらさせて、風を送ったり、布に触れる感覚を楽しませたりする遊びです。他の遊びも、大人も一緒に楽しめるものです。赤ちゃんと何をして遊んだらよいか分からないと思っている親御さんに、おすすめの一冊です。

<2月の新着図書～ほかにもこんな図書が入りました～> () は棚番号と内容です。

(支援1-2 妊娠)

・『赤ちゃんが元気に育つ時期別妊娠中のおいしい食事280品』
川名 有紀子／[ほか]医学監修・栄養指導 学研プラス／刊

(支援1-4 乳児の育児)

・『幸せの排泄コミュニケーション 赤ちゃんはできる! 「おむつに頼りすぎない育児」という選択』
和田 智代／著 言叢社／刊

(支援2-2 子どもの食事)

・『子どもと食べたい作りおきおかず 1歳半～5歳』
中村 美穂／著 世界文化社／刊

(支援3-2 子育てヒント)

・『最上のほめ方 自己肯定感を高める4つのステップ』
八田 哲夫, 原 邦雄／著 光文社／刊

(支援3-3 子育てのヒント)

・『あの天才たちは、こう育てられていた!』
諸富 祥彦／著 KADOKAWA／刊

(支援4-5 学力)

・『中学受験6年生の親がすべきこと 53の悩みにお答えします』
安浪 京子／著 朝日学生新聞社／刊

(支援5-1 特別支援教育)

・『イラストでわかる子どもの場面緘黙サポートガイド』
金原 洋治, 高木 潤野／著 合同出版／刊

(支援5-2 家庭教育)

・『ひと声で変わる!子どもを伸ばすお片づけ』
辰巳 渚／文 岩崎書店／刊

●県立図書館の子育て支援コーナーの図書は、県内のお近くの市町図書館等から取り寄せができます。詳しくはお近くの公共図書館へご相談ください。

県内図書館 子育て支援コーナー訪問

～第5回 坂出市立大橋記念図書館～

このコーナーでは、香川県内の図書館の子育て支援コーナーや子育て支援関連行事を紹介しています。第5回目は、坂出市立大橋記念図書館を紹介します。

坂出市立大橋記念図書館は、美術館や郷土資料館などの文化施設が集まる場所にあります。1階に閲覧室、2階に学習室があり、屋上には図書館としては珍しい天体望遠鏡があります。蔵書冊数は、約19万冊（閲覧室には一般書5万冊、児童書3万冊配架）です。



閲覧室からは、瀬戸内海をイメージして造られた庭を眺めることができます。庭のテラスで読書も楽しめます。



坂出市立大橋記念図書館

子育て支援コーナー



子育て支援コーナーは、1階閲覧室の医療・健康コーナーの隣にあります。教育、名づけ、子どもの病気、妊娠・出産、育児など、子育てに関する資料、約3500冊が並んでいます。

◆司書より一言◆

当館には、子育て支援コーナーのほかに子どもに絵本を読む男性のための絵本や育児書など約300冊を集めた「読みメンコーナー」もあります。「読みメン」は「育メン」の第一歩！読み聞かせの記録をつけられる「読みメンの一と」も配布しています。ぜひご利用ください！

読みメンコーナー

毎月第2火曜日開催の「夢*ゆめクラブ」による「ゆりかごおはなし会」の様子です。

この日は、最初に工作教室で手袋を使った動物の指人形を作りました。

その後、管理栄養士さんによる上手な手洗いの仕方のお話がありました。

最後に絵本の読み聞かせや歌に合わせたふれあい遊びを楽しみました。



坂出市立大橋記念図書館では、他にも子ども向けの行事を開催しています！詳しくは、ホームページをご覧くださいね。

★坂出市立大橋記念図書館からのお知らせ★

絵本のブックトーク「絵本と子どもと暮らし」を開催します！

●日時：平成31年3月9日(土)午後2時～3時30分

●講師：鈴木潤氏(子どもの本専門店メリーゴーランド京都店店長)

●対象：子育て中の方、絵本に興味のある方 30名 ●場所：2階多目的室

●申込方法：カウンター・FAX(0877-45-6678)にて受付、定員になり次第締切。(電話での受付は行いません。)

<お問合せ先>坂出市立大橋記念図書館 〒762-0043 坂出市寿町1丁目3番10号

TEL:0877-45-6677 <https://www.city.sakaide.lg.jp/site/toshokan-top/>

<子育て支援担当より>

先日、息子がひどい鼻風邪を引き、病院へ行きました。2月の病院は、インフルエンザの子どもたちで大混雑していて、大流行していることを改めて実感しました。

親子ともども予防接種はしているとはいえ、感染対策をきちんと分かっていないことに今更ながら気がつき、家に帰ってあわてて調べ直してしまいました。こんなとき慌てないように日頃から病気に関する知識を身に付けておかななくてはと反省しました。