

最近、ワクワクした3つのできごと

①バトミントンサークルに入会

子どもが小さいとき、公園でポンポンと羽付きのように遊ぶことはしていましたが、実際体育館でやるのとは大違い！ラケットの持ち方を打ち方によって角度を微妙に変えたり、踏み込むときはラケットを持っている足のほうを出すとか、、、。(テニスとは逆ですね)

コートは小さく見えるけど動くと思った以上に広くて、10分動いただけで息が切れちゃって💦 ケガには気を付けてこれから長くつづけられるといいな。

②人生初のロックミシン

日暮里で開催されたソーイング祭りで【ニットで作る足袋づくり】を体験。普段は家庭用ミシンで小物程度を作る私。右と左同じものを作ってしまうようにカットも慎重に。(足袋なので親指が内側にきますからね) 先生がミシンに4本の糸をセットして、指示される通りにレバーを下げて布地をセットして

スタート。おそろおそろゆっくり針を進めていきました。2時間後完成し、写真をパチリ!今度ひろばに履いていきますね。新鮮だったのは、隣の81歳の母が、「はい!」「ここはこれであってますか?」と生徒をやっている姿が見られたこと。微笑ましかったです。

③青虫から蝶へ

野菜のケールが好きでよく買います。いっそのこと育てようと思い150円に値引きされていた鉢をベランダでお世話していたら青虫発見。虫は昔から嫌いではないので育てること1週間。私が食用にする葉をほぼ全部食べつくしたころ(涙)にさなぎになりました。またまた待つこと7日間ほどで羽化し、今窓際で飛び立つ準備をしている蝶をながめつつこの原稿を書いています。 あっ、今クローバーの葉から今度は壁に飛び移った! またどこかでね〜。

皆さん、最近ワクワクしたことはなんですか？
さちこ

「新しいスキンシップのかたち」

ひろばに遊びに来てくれる赤ちゃんたちと接していると、息子の小さい頃を思い出します。抱っこしたり、おててを繋いだり。毎日の愛おしいスキンシップは、日々の大変さを忘れさせてくれるエネルギー源でした。でも、あんなに「抱っこ!」とくっついてきていた息子も、小学校高学年から思春期を迎える頃になると、次第に「触らないで!」と距離を置くように……。寂しいなと思いながらも、「これも成長、自立の一步」と心の中で自分に言い聞かせてやり過ごしていました。そんな息子も高校生になり、家にいる時は部屋にこもる時間が増えていきました。ある日、勉強のせいか、スマホの見過ぎか(多分、後者ですが……笑)、首が凝っている様子。そこで「首が凝った時はこういう風に体を動かすといいよ。どの辺りが凝ってる?」と声をかけ、肩や首を触ってみました。

以前は嫌がっていたのに、マッサージなら触れられてもいいのね、と心の中でニヤリ。しばらく体をほぐしながら、ストレッチを伝授しました。これぞ、新しいスキンシップ「マッサージ」! 「抱っこ」の時期は終わっても、大きくなった我が子の体を労わるという形で、また新しく温かいスキンシップが図れるのだと気づきました。今、目の前の愛おしい我が子をたくさん抱きしめているママ・パパたちへ。日々が大変すぎて「思春期なんてまだまだ先」と思っているかもしれませんが、きっとあつという間です。でも、子どもとの関係を試行錯誤しながら色々やってみるのは、どんな年齢になっても同じ。子どもが今何を感じているのか、どうして欲しいのか。その顔や発する気配をそっと観察しながら、その時々に合わせて良い関係を築いていけたらいいですね。

さわこ

はじめに

4月から始まって2026年度が本格的に動き始めたと思いきや、2026年の半分が過ぎました。

夏至をすぎ、今年ももう半分、まだ半分、あと半分。

大人である私たちはカレンダーと時計のある暮らしをしています、子どもたちが感じている時の感覚、季節の感覚はどんな感じなのでしょう。もはや思い出すことがむずかしい「今だけ」「今ここ」の感覚です。

ちびっこがいる暮らしは、
我々がすっかり馴染んでいた「大人のものさし」からの束の間のエスケープ期間かもしれません。
大人のカレンダーに、大人の時間感覚に取り込まれがちな昨今の子どもたちですが、時には「子どもの感覚」に合わせて過ごしてみるのもいいかもしれない。

日が長ければ長いなりの楽しみを探してみたいものですね。
もう少し雨の季節が続くかもしれません。
その後にやってくる暑い夏に向けて、気持ちとからだを整えながら、今を楽しみましょう!

子育て支援グループ amigo 石山 恭子





おでかけひろば
う ら ら
ULALA
-世田谷区補助事業-

〒156-0053 東京都世田谷区桜3-13-4
Tel&Fax: 03-6876-7129
www.ulala-amigo.com
ulala@kosodate-amigo.com
<対象>
未就園児(原則として3歳児まで)と保護者



月	火	水	木	金	土	日
		1 閉室	2	3 ULALA外遊び 9:30~12:00	4	5
6	7	8 理学療法士の あいちゃんが 来るよ! 10:30~15:00	9	10	11	12
13	14	15 世田谷区立 桜保育園に 遊びに行こう 10:00~11:00 わらべうた 10:30 ~ 11:00	16	17	18	19
20 海の日	21	22 閉室	23 ULALALランチ 11:30~12:45 要予約	24 ULALA外遊び 9:30~12:00	25	26
27 ちくちくULALA 10:00~12:00 要予約	28	29	30	31		
曜日に問わず、親子でゆったり過ごせるひろばです。 はじめての方もお気軽にどうぞ!						



ULALAブログ



instagram



開室時間
9:30~15:30
月~金(祝日除く)
食事の時間
11:30~13:00

らっこスペース
子どもと離れてちょっとひと休み。
開室時間:
9:30~15:30
火・水・金(祝日除く)
詳細はひろばスタッフまで。

お願い

ひろばをご利用の方・ご家族に体調不良の症状がみられる場合は、来場をお控えください。また感染症による学級閉鎖、休園、自宅待機等のご家族がいらっしゃる場合も、来場はご遠慮ください。

8日(水) 10:30~15:00 理学療法士のあいちゃん来るよ

産前産後の身体の事や、身体を整えるプチほぐしのコツをあいちゃんにゆるゆる聞こう!教わろう!
【申し込み】不要【参加費】無料

15日(水) 10:00~11:00 世田谷区立桜保育園に遊びに行こう

ULALAスタッフと一緒に桜保育園のプチひろば「さくらんぼ」で遊びませんか?保育園の先生達も待ってます!
お気軽にご参加ください。ひろばはいつも通りオープンしています。
【申し込み】不要【場所】区立桜保育園 桜2-18-3 ◎参加の方は、当日直接保育園に来てね!

15日(水) 10:30~11:00 わらべうた

わらべうたを聞いたり、歌ったり、親子でほっとひと息しませんか~
【申し込み】不要【参加費】無料【講師】NPO法人こども劇場せたがや

18日(土) 14:00~19:00 bajicoタ市

けやき広場で開催される「bajicoタ市」に、ULALAも参加します!飲食の販売や衣服・絵本の交換会などで出店予定です。ぜひ遊びに来てくださいね♪ ※ひろばはお休みとなります。

23日(木) 11:30~12:45ごろ ULALALランチ ★要予約

6~9月のULALALランチは夏メニューになります。「お味噌汁とご飯」をご用意します。好きなおかずを持ってきて一緒に食べるもよし◎親子でほっとひと息つきに来てくださいね。気軽にお申し込みください♪
【申し込み】先着5食【参加費】300円

27日(月) 10:00~12:00 ちくちくULALA ★要予約

シンプルな手順で楽しむ「縫い物」の会。裁縫セットを貸し出しますので、手ぶらでどうぞ。縫い物サポートにアパレルユニット「_ku_ko」さんが応援に来てくれます。プレママさんもぜひどうぞ~
【作るもの】とんがりボンネット/もふもふマフラー /ハンカチスタイ/あずま袋/かぼちゃパンツ/帽子 左記からお一つお選びいただけます。【申し込み】要予約・先着3名・保育無し【参加費】2000円(材料、サポート費込み、子育て利用券可)

3日(金)・24日(金) 9:30~12:00 ULALA外遊び

★7月3日~9月末までサマータイム導入のため9:30~12:00となります。

日程と場所はULALA通信、ブログ、インスタを確認してね。
『はじめての外遊び』と一緒に応援します!外遊びしてみたい子、集まれー!!
ULALA近くのけやきひろばをベースに、上用賀公園(または上用賀三丁目公園)など、みんなで遊びに行きましょう!ときどき遠足にも行くよ!

PUBLICO@ 梅ヶ丘
amigo のプログラムも開催中!



子育て相談 ☆世田谷地域子育て支援コーディネーターがULALAに常駐しています☆

相談無料

コーディネーターが、子どものいる暮らしの中の「困った」を一緒に考え、お手伝いします。小さなことでもお気軽にご相談ください。ご相談は対面またはお電話かメールにて。個人情報や相談内容などの秘密は遵守します。

世田谷地域担当: 月~金曜 10:00~15:00 ※土日祝日を除く

電話:070-2150-5543 E-mail:shien-setagaya@kosodate-amigo.com

休業日 土・日・祝・7月15日(水)・24日(金)

