

子ども・子育て応援紙
楽しもう！子育て！

こども・子育て応援紙

こども・子育て応援紙は、市民と飯能市で協働制作している子ども・子育て応援紙です。子育て中のママたちの編集で、年4回発行しています。伝えたい情報や感想・ご要望などありましたら、子育て総合センターまでお気軽にお寄せ下さい。



もくじ
 表面：川あそび・水あそびの定番スポット
 暑さ対策&水あそびで【気を付けていること】教えて！
 我が子のプールデビュー思い出
 裏面：教えて！あなたのバッグの中身 Vol.1
 イベント情報
 編集後記『我が子の自慢』



みんなはどうしている！？何を準備しておけばいいの？

暑さ対策&水あそびで【気を付けていること】教えて！

暑さ対策・紫外線対策

- ・Tシャツ
- ・ラッシュガード(長袖の水着)
- ・通気性のある帽子
- ・子ども用サングラス
- ・日焼け止め
- ・定期的に水分補給&休憩
- ・シェード、タープテント
- ・ワンタッチの簡易テント

子どもは遊びに夢中なので意識的に休憩タイムをとります。強い日射しを浴び過ぎないように調整するのが大切ですね。簡易テントは、着替えスペースとしても使えて便利です！

あと役立つ便利な物

- ・水あそび用オムツ
- ・濡れてもOKな帽子
- ・ライフジャケット
- ・水あそび用の靴&サンダル
- ・水着&ラッシュガード(大人用)
- ・レジャーシート
- ・じょうろや水風船などのお気に入りのおもちゃ
- ・浮き輪 ・日焼け止め

子どもから一緒に入ろうと誘われるので、私も水着&ラッシュガードを着ます(苦笑)荷物置き・着替え・休憩にレジャーシートは必需品。濡れても安心して使えます。

私たち水あそびで、こんなこと気を付けています！

- 🏊 **お庭にプールを出す時は、真夏でも水温調整は欠かせません**
太陽の光の下でしばらく放置し、水を温めます。水を入れてすぐは冷たすぎてNGです！
- 🧴 **プールあそびの後は、温かいシャワーでゆっくりと体を労わります**
酷暑でも遊んだ後は身体が冷えているので、着替えのついでにシャワーを浴びます。
- 👟 **川あそびには、ライフジャケットとサンダル必須です！**
足だけつけるときも必ず！という約束で遊んでいます。
- 👨 **夫がいる時や大人の人手がある時にしか川には行きません！**
私が個人的に川に慣れていなくて不安なので…。安全確保は大事ですね。
- 🕒 **定期的に休憩タイムを取るようになっています**
子どもは長く水に入りがりますが、ずっと入っていると身体が冷えるので意識的に。
- 🏕 **ワンタッチの簡易テントを車に常備しています**
簡単なので良いですよ～。ちょっとした着替えスペースとしても便利です。

賃貸住まいでも楽しめます！「家のお風呂」は万能ですよ～

賃貸住まいなので、お庭プールは夢のまた夢…。家のお風呂で水着&水中眼鏡を装着し水鉄砲などおもちゃを放り込んで遊ばせています。そのまま、お風呂掃除をしてお風呂にも入れられて、ひと仕事終わられるので最高です(笑)

次男を妊娠中、長男は「公園の噴水スポットで水浴び」して遊んでいました♪

地面から続々と溢れ出る水が面白くて、長男も喜んでいました。溺れる心配がなく、妊婦でも子どもの相手ができて良いですよ～！

川あそび・水あそびの定番スポット

これから夏本番！今年はちょっと外へお出かけしてみようか！？と考えているご家族も多いかと思えます。せっかくなので子どもと一緒に“夏”を満喫したいですよね～。そこで今回は家族みんなで楽しめる、飯能市の川あそび&水あそび定番スポットをご紹介します！

飯能河原
トイレ：有
※公共交通機関をご利用ください

阿須運動公園
駐車場：有(無料)
トイレ：有

トーベ・ヤンソンあけぼの子ども森公園
駐車場：有(無料) / トイレ：有 / 休業日：(月) ※月曜日が祝日の時はその翌平日

真っ赤な割岩橋が目印。レジャー、散歩など年齢問わず楽しめます♪子どもの遠足の定番！

公園の奥にある小川「じゃぶじゃぶ流れ」は水深も浅く安心です！木陰も沢山ありますよ。テント持参でもGood!

園内の小川は流れも緩やかで水深も浅く安心。裾をあげれば入れるので気軽に入れるのが魅力！

飯能市には市民プールが無い...みんなはどこで水あそびしているの!?

やっぱりココだよな!

飯能市の

MAP

Googleマップ

公式 Instagram

我が子のプールデビュー思い出

◆地域子育て支援拠点のプールあそびに参加

水あそびも経験させてあげたいけど、準備や片付けを想像するだけでちょっと大変そうだな...と思い参加。生後10ヶ月の娘、泣いていましたねえ(笑)子どもの水着やタオルは準備ばっちりでしたが、結局濡れた我が子を抱っこしている時間が長く、自分がビショビショに。その後、室内のエアコンで凍えました。自分の着替えも持っていけばよかったな！

◆大学のイベントで学生さん達とプールあそび

当時は県外に住んでいたのですが、保育科のある大学が子ども向けにプールを出してくれて、学生さん達が見守り&遊んでくれたので天国でした。子どもも喜んでくれたので、思い切ってイベントに参加して良かったです♪

◆アパートのベランダで小さなビニールプールあそび

水面に反射する太陽の光がキラキラ、じょうろからチョロチョロ落ちる水音に、不思議そうな顔をして可愛らしい水あそびをしていました。そんな穏やかな日が懐かしい...。今となってはプール遊びも楽しさを増し、滑り台付きプールに豪快ダイブ！周りも私もびしょり...ホント勘弁してー！

◆地域子育て支援拠点のイベントに参加

ちびちゃんプールでの水浴びがデビューです。最初はおっかなびっくりでしたが、同じような年の子がしゃいんでいるのを見て、自然となじんでいきました。自宅のお風呂で水あそびもしていたので、あまり抵抗がなかったのかもしれない。

◆お庭でプールあそび

当時はまだハイハイで、とても慎重な子だったので怖がるだろうなと思いましたが、頭から水をかけても喜び、プール好きが発覚！そこから夏中プールdayで、夫が庭で準備を始めると息子が待ちきれない様子で網戸に全裸で張り付いていました(笑)

◆“たらい”に水をはって水あそび

これがかなり手軽で、お昼寝前のクールダウンも兼ねて夏はウッドデッキに“たらい”を出し、水あそびしていました。有料のプールは基本的にオムツが外れていないとダメという所が多いですし、ビニールプールを用意するのが手間に感じて...。労力も水道代もバカになりません！



夏はやっぱり暑いけれど...子どもの喜ぶ笑顔が見たいから準備にも気合が入りますね♪みんなで一緒に楽しみたい♪自然豊かな飯能を冒険だあ!!この夏どこに行く?

飯能市内で遊ぶならココから検索



飯能市「当地クイズ」地名編意外と読み間違えているかも。飯能市の地名「征矢町」さて何て読むでしょうか？答えは裏面をご覧くださいね。

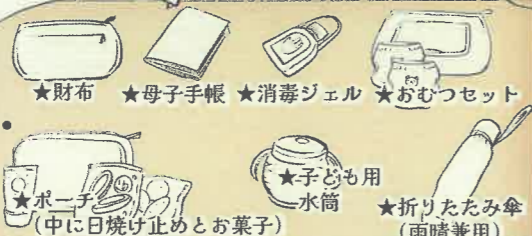
教えて!あなたのバッグの中身 Vol.1

子育て世代の皆さんは、どんなバッグで何を持ち歩いていますか？
大きいバッグから小さなバッグまでそれぞれ、中身は一体何でしょう。
子みゅにていメンバーに携帯しているバッグの中身と、その用途を聞いてみました!



基本セット

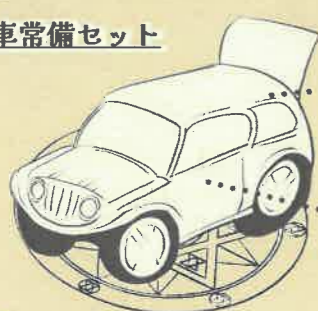
【家族構成】夫・私・娘(1歳ちょうど)



もう子育て中は手放せないと
思います!

携帯はシヨルダーストラップでなまめにかけています!
初めは遠足の水筒みたい(笑)って抵抗があったけれどとても便利です!

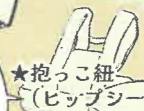
車常備セット



帰省グッズ

【目的地】車で4時間の他県

娘はベビーカー拒否
ほとんど乗らないので
ベビーカーはお留守番
乗ってほしいです



お風呂セット



お布団セット



寒い地域なので冬はダウンスリパー必須です!
柔らかいマットレスも赤ちゃん用の固いマットレスも
両方持っています!
私と夫の分は各自用意

娘はうつぶせ寝のため
掛け物は一切使えません



基本セット

【家族構成】夫・私・娘(5歳)



トイレに行くとき自分と子どものタオルがびしょびしょにならないように衛生面も考えて使っています

道端の葉っぱや木の葉などを急に集め始めます袋を求められます

通院時追加セット



2人分の手帳を拭くのでタオルがびしょびしょにならないように衛生面も考えて使っています

子どもが自分のリュックに入れて運びます

車常備セット



ちょっと遠出セット



歯磨きできない昼おやつのない用

帰省グッズ

【目的地】車で2時間弱の他県

ちょっと遠出セット+α



寝ちゃった時には膝掛け
眩しいときは日よけ
もらったお菓子を包んだり
もちろん汗や濡れた手も拭ける
万能な布手ぬぐいラブです

おもちゃセット



お出かけ時だけの特別なおもちゃを一つ
お守りの存在
バックジュース
グミ等

身支度セット



娘用と私の着替えをそれぞれの風呂敷に
娘セレクトで車内及び帰省先で遊ばせたいおもちゃや絵本を準備してもらいます
綿素材のものなので洗濯しちゃうのでエコな感じ
基礎化粧品は入る程度の最低限

15階のスカイラウンジで飯能の街並みを見てみよう!

イベント情報

駿河台大学と飯能市による連携事業
おでかけフェスタ 2023 in 駿大

ひろい芝生の広場で遊ぼう!

日時: 2023年9月16日(土) 10:00~11:30
場所: 駿河台大学 芝生の広場
対象: 市内在住1歳~就学前の親子
予約制
詳しくは8月の広報はんのうをご覧ください
駐車場: 有
往復バス: 有(飯能駅・元加治駅~大学)

編集後記「我が子の自慢」

◆サンタさんからそろそろリカちゃん人形をもらった姉妹二人。ハマりにハマって、さぞかしわいわい人形遊びをしているだろうと会話の内容を聞いてみると、「あなたが犯人だったのね!!」「ど、どうして知ってるんだ...。」どこでそんな会話を覚えたのかわかりませんが、人形遊びのクオリティはすごいと思っています。【双柳在住/はなこ】

◆「か〜して」というと、おもちゃを渡してくれるので、「ありがとう、べこり!」と言うと、膝をまげて娘なりのべこりをしてくれます♡もらった時ではなく、あげた時にべこりするのが娘流です。【笠織在住/さくら】

◆まだ発語の少ない娘ですが、スポンジのように言葉を吸収しているようで、日々の成長を見せてくれています。最近覚えたのは「チョココロネ」と「かめはめ波」。意味はなくても楽しませてくれます! 会話でやりとりできる日が待ち遠しいです。【美杉台在住/まじ】

◆歌を歌うことが大好きな娘。気が付けば2歳すぎで歌える歌のレパートリーは10曲ほどになり、なおかつ歌詞もほぼ完璧。さらには歌のリズム感もバツリで、夫と二人で驚いています。【美杉台在住/ちみ】

◆もうすぐ3歳になる息子は「お手伝い男子」! 机拭き、洗濯量み、掃除機、植物の水やりなどを率先して楽しんで手伝ってくれます。最近はお風呂で親の身体と頭を洗ってくれるように。洗いながら「腕あげて〜、足あげて〜、いい感じ〜!」と声かけてくれるのが癒やされます。【美杉台在住/とんとん】

◆人懐っこくて、おしゃべり大好き! 幼稚園のお友達や先生・ママさん達とも自分からコミュニケーションをとっているようで、その詳しい様子を親にもたくさん話してくれます。そんな娘にびっくりだと思いつつ、親と離れるお泊まりイベントへの参加や、私が所属する大人だけのボランティアの会議に連れて行くこともあります。どこでも娘らしく楽しんでいて、頼もしいなあと思います。【稲荷町在住/ここ】

◆とにかく毎日「元気いっぱい生きてる」のが素晴らしい! 嫌なことは嫌だとはっきり伝わる態度と言動ができる「分かりやすさ」で、親の人間性を磨いてくれる。日々鍛えられています! 【美杉台在住/アール】

◆息子たちの匂いが好きです。世界一良い匂いです。つむじのあたりの匂いが最高です。息子たちには「キモい」と言われ、夫には「そろそろ卒業なさい!」と叱られます。【双柳在住/おたまるこ】

