

1月行事予定

今月お誕生日を迎えるお子さんはお声掛けください。スタッフがお誕生日をお祝いします。



日	月	火	水	木	金	土
			1 祝日 休所日	2 休所日	3 休所日	4 2025年 あいあいスタート！
5 休所日	6 あいあいのつどい 10:30～11:00 【予約不要】 1月つどい等 予約開始日	7	8 子育てお悩み相談 9:00～12:00 【電話予約】	9	10	11 おもちゃの病院 【予約不要】 10:00～15:00 ※受付は14時まで ★わいわいルーム 開所日
12 休所日	13 祝日 ★わいわいルーム 開所日	14 子育て学習会 10:00～11:30 【母子モ予約】	15 食育の日	16 おっぱい相談 9:00～12:00 【電話予約】	17 0歳のつどい 10:00～10:40 【母子モ予約】	18
19 休所日	20 あいあいのつどい 10:30～11:00 【予約不要】	21	22 子育てお悩み相談 9:00～12:00 【電話予約】	23 おっぱい相談 9:00～12:00 【電話予約】	24	25 ★わいわいルーム 開所日
26 休所日	27	28	29 ふたごのつどい 10:30～11:30 【母子モ予約】	30 0歳のつどい 10:00～10:40 【母子モ予約】 おっぱい相談 13:00～14:30 【電話予約】 助産師さんのお話し会 (妊娠中) 14:30～16:00 【母子モ予約】	31 絵本を楽しむ会 10:30～11:15 【予約不要】	

以下のつどいは名称を短縮して表記しています。
 ・「0歳のつどい」…0歳(第一子)の親子のつどい
 ・「ふたごのつどい」…ふたごちゃん♪みつごちゃんのつどい
 ・「絵本を楽しむ会」…親子で絵本を楽しむ会



<あいあいルームについて>

- 開所時間：9時～17時
- 土・祝日も予約なしで利用できます。
- 食事は1階ロビーをご利用ください。

<★わいわいルームについて>

- 開所時間：9時～12時 13時～16時
- 場所：2階健康ホール1
- 対象：未就学児（主に3～5歳児とその保護者）

予約(母子モ) ▼



あいあいホームページ ▼



松江市子育て支援 X ▼



わいわいルームホームページ ▼



	子育て支援センター あいあい	まつえファミリーサポートセンター
TEL/FAX	TEL 0852-60-8141 FAX 0852-60-8160 TEL 0852-60-8140 (相談電話) TEL 0852-60-8143 (予約電話・あいあいルーム)	TEL/FAX 0852-32-0850
Eメール	kosodate@city.matsue.lg.jp	famisapo@web-sanin.co.jp
開所時間	9時～17時	9時～17時
休所日	日曜・年末年始	土曜・日曜・祝日・年末年始
所在地	松江市乃白町32番地2 松江市保健福祉総合センター1階 (市立病院隣)	

子育て支援センターだより

あいあい 2025年1月号



今年もあいあいでは、たくさんの楽しいイベントや役立つ情報をお届けします。
 本年もどうぞよろしくお願いいたします。



1月 あいあいのつどい (予約不要)

「布を使って遊ぼう」

ふわふわもこもこ布のおもちゃの温もりを楽しもう♪

○日時 令和7年1月6日(月) 10時30分～11時00分 ☆場所：1階あいあい
 令和7年1月20日(月) 10時30分～11時00分 ☆定員：なし



1月 子育て学習会 (予約受付中)

「パパもママも産後職場復帰に向けて～心と身体の準備や働き方のことを一緒に考えよう～」

職場復帰に向けての不安や悩みについて、助産師さんの話を聞いて一緒に考えてみませんか？

○日時 令和7年1月14日(火) 10時00分～11時30分 ☆場所：2階健康ホール1
 ○講師 島根県助産師会 助産師 川島由紀江氏、阪口和枝氏 ☆定員：30組



1月 0歳(第一子)の親子のつどい (要予約:1/6(月)～)

「身体を動かそう」

ハイハイランドやサーキットを使って身体をしっかりと動かして遊ぼう！

○日時 令和7年1月17日(金) 10時00分～10時40分 ☆場所：2階健康ホール1
 令和7年1月30日(木) 10時00分～10時40分 ☆定員：各25組
 どちらか1回の参加となります

1月 ふたごちゃん♪みつごちゃんのつどい (要予約:1/6(月)～)

「ふれあい遊びをしよう・フリートーク」

○日時 令和7年1月29日(水) 10時30分～11時30分 ☆場所：2階健康ホール1
 ☆定員：10組

1月 助産師さんのお話し会 (予約受付中)

「妊娠中や産後の赤ちゃんとの生活について」

○日時 令和7年1月30日(木) 14時30分～16時00分 ☆場所：1階あいあい
 ☆定員：10組



1月 親子で絵本を楽しむ会 (予約不要)

○日時 令和7年1月31日(金) 10時30分～11時15分 ☆場所：2階健康ホール1
 ☆定員：なし

2025年、皆さんはどのように年を迎えられましたか？
お正月は、1年の最初の月、また新しい年を迎えることをお祝いする期間のことを言い、年神様という新年の神様をお迎えしてお祝いするために、様々な正月行事や風習があります。
今月は、今子育て中のお母さんと、おばあちゃんそれぞれに、お正月の過ごし方を聞いてみました！



- ① 初詣
- ② いろんな人と会えること
- ③ かるた
- ④ おせち料理やお餅、ぜんざい
- ⑤ 元気に過ごす！



りこちゃん(2歳)&ママ

かのこちゃん(3歳)、はるひとくん(1歳)&ママ

- ① おせち
- ② こどもと栗きんとんを一緒に作ったこと
- ③ 凧あげ
- ④ おせち
- ⑤ 家族みんな元気で仲良く！



『インタビューの内容』

- ① お正月と言えば…？
- ② お正月の思い出
- ③ お正月遊び
- ④ お正月に食べるもの
- ⑤ 2025年の抱負は？

ふうかちゃん(2歳)&おばあちゃん

- ① 家族揃って、みんなで楽しく過ごす
- ② 孫3人の成長を見れること
- ③ 凧あげ、そり遊び、雪遊び
- ④ おせち、抹茶と和菓子を食べる
- ⑤ もう一人孫が増えるので、とにかく健康でいたい！



- ① お年玉
- ② おばあちゃんの手作りおせち
- ③ 凧あげ、人生ゲーム
- ④ お雑煮
- ⑤ 今年こそはダイエット成功目指す！
(お正月終わってから笑)



やまとくん(6歳)、とうわくん(3歳)、そうくん(2歳)、
そうまくん(6か月)&おばあちゃん

全国のいろいろな雑煮

お正月の風物詩といえば、お雑煮。具材、だし、餅の形など、地域によって違いがありますが、時代とともに全国各地に広がりながら、地域色豊かな郷土料理として定着した歴史があります。



松江市役所の職員に聞きました！
～あなたの地元のお雑煮教えてください！～

出雲市出身(40代)
丸餅に十六島のりののったシンプルなしょうゆ味かぜんざいの2択。

浜田市出身(50代)
丸餅、だし汁(こんぶ、しいたけ、しょうゆ)、その上に海苔と砂糖。(なるべく砂糖が汁でとけないように食べる)

米子市出身(30代)
小豆がたっぷり入ったあま〜い小豆雑煮。

横浜市出身(60代)
焼き角餅、だし汁(昆布、かつお、しょうゆ)に鶏肉、ほうれん草、大根、にんじん、里芋。

岡山県出身(40代)
丸餅、はまぐり、ほうれん草、ブリの薄口しょうゆ味。

大阪府出身(50代)
丸餅、味噌仕立てのだし汁(かつお、いりこだし)、京人参、里芋、大根、揚げ。

福岡県出身(50代)
ブリ、鶏肉、白菜、人参、大根、丸餅が入ったしょうゆ味。餅は焼き餅にする時もあります。

沖縄県宮古島出身(20代)
沖縄にはお雑煮を食べる習慣はありません。代わりにお正月やお祝いの時に「中身汁」(宮古島ではシームヌともいいます)という豚のモツやしいたけ、こんにゃく、かまぼこ(宮古かまぼこ)等の具を煮込んだすまし汁を食べます。

よく知られているものだけでも、その種類は100を超えるほど多様。作り方や具材の違いなど、細かな特徴にまで着目すると、さらに種類は増え、集落の数だけ雑煮の種類があると言われていたそうです。



参考：農林水産省 HP

12月のつどい(報告)



12月6日(金) 『0歳(第一子)の親子のつどい』

とことこリトミックさんをお招きし、「クリスマスを楽しもう」をテーマに開催しました。ふれあい遊びもクリスマスバージョンで、親子で楽しく音に親しんでいましたよ♪
とことこリトミックさんの生の演奏や、やさしい歌声、きれいなベルの音色に癒される時間になりました♪



12月23日(月)『あいあいのつどい ～あいあいがチャバンド～』

あいあいガチャバンドによるハンドベル演奏、寸劇、ミュージックパネルシアターなど約50組の親子さんと一緒に楽しみました。サンタさん登場に喜ぶ子、きょんとんとする子、こわがる子…いろいろな表情のこどもたちでした♪
サンタさん、また来年も来てね～★



12月9日(月)『あいあいのつどい ～山陰フィルハーモニー管弦楽団～』

山陰フィルハーモニー管弦楽団から弦楽器奏者の方5名をゲストにお迎えし、「クリスマスコンサート♪」を開催しました。サンタの帽子や赤い洋服を身につけミニサンタさんになったかわいいこども達がたくさん来てくれましたよ。
クラシックからこどもたちの知っている曲まであつという間の1時間。コンサートの終わりには、近くで楽器を見せてもらったり触らせてもらったりし、貴重な経験をさせてもらいました。



口コミ

あいあい 掲示板 始めました！

「みんなどこで遊んでいるの？」
「このサポート利用してとても良かった！」
「他のママと情報交換したい！」
そんな声にお応えし、「あいあい口コミ掲示板」を設置しました。
みなさんからの生の情報をお待ちしています♪
自由に書いて情報交換しましょう！

おすすめポイント

ふせんに書いて貼ってね

あいあい掲示板

遊んでよかった！
利用してよかった！
発散してよかった！

1月の食育

テーマ

「じょうぶな歯をつくろう」

テーマに沿った絵本の読み聞かせ、食育パネルの掲示やレシピの紹介をしています。



【今月のつづき】

寒いこの季節は、お風呂にゆっくり浸かって大人もこどももリラックスしたいですね。そんなお風呂タイムは親子のコミュニケーションをとるのに絶好の場所！タオルを広げて空気を入れ風船にしたり、歌を歌ったり、泡ぶるもおおすすめです◎おもちゃの入っている入浴剤は少々お高いので、我が家ではおもちゃを氷の中に入れて溶けるのを楽しんでいました。さらに三女はゴーグル持参で入り、上がる頃にはゆでだこ状態…
みなさんも親子で楽しいお風呂タイム、いかがですか？
※入浴時間、設定温度を調節して、くれぐれものぼせないようにしてくださいね！

