



お住まいの近くの公園にも、ぜひ足を運んでみてください。 問合せ/公園緑地課(☎232-9214)



住宅地の中にある、日当たりの良い公園。公園の一角には、バランス感覚を試すものや、腕の力を鍛えるものなど、いろいろな種類の健康遊具があります。一度やってみると、「次はもっとできるかもしれない」と自分自身にちょっと期待一度でも試したくなります。

子ども向けの遊具もあり、幅広い世代で楽しめます。



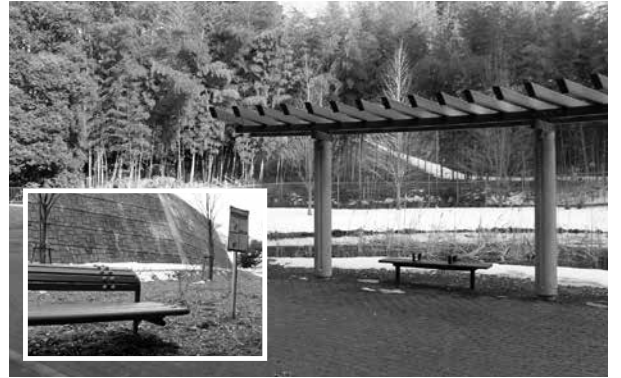
### 堀町緑地

場所/堀町801-1

広さ/0.56ha

施設/トイレ、ベンチ、水道、健康遊具、駐車場 など

あれ、昔はもっとできたはずなんだけど。



### 元吉田鯉沢緑地

場所/元吉田町642

広さ/0.6ha

施設/ベンチ、水道、健康遊具、駐車場 など

奥行きのある公園。緩やかな傾斜もあります。園内には、散策道に沿った広場に健康遊具が3つ。散歩のついでにちょっと試してみたり、日課に取り入れりしてもいいかもしれません。

すぐ近くの白梅保育所の子どもたちも散歩などで訪れることがあるこの公園。子どもたちの生き生きとした様子を見れば、心まで元気になれるそうです。



## すくすくけいじばん



子育てに役立つ情報を紹介します

### 第11回

一緒にお話しませんか?

in わんぱく・みと

— ママトーク! —

お母さん同士、子どもの様子などを話しているうちに、「わんぱく」と、「気になつてきた点も自然と話題に上がります。」

▼納得できる方法を探そう

「みんな子育てに悩むもの。子どもによって対応の仕方は変わるし、これが正解というものは無い。さまざまなたんを知らないうちに、自分が納得できるやり方を見つけてほしい」と、スタッフとして参加した水戸子育てネットワーク「みとこみ」代表の柳澤麻紗さんは話します。

心をリフレッシュするためにも、交流の場を見つけて、子育てについて話してみませんか。

▼ヒントはおしゃべりの中

子どもの年齢や性格だけでなく、家族の状況や体調などによっても変わる子育ての悩みは、尽きないものです。「相談」といふほどのことではないけれど、ちょっと気になる。そんなときは、ぜひおしゃべりを。その中からヒントを見つけたり、今までになかった視点に気づいたりするかもしれません。

「幼稚園のバッグを作ったあげたいけれど、みんなどうやって作っているんだろう?」

「今度一緒に作ってみますか?」

「2歳の子がいて、もうすぐ下の子が生まれる。下の子のお世話でつきっきりになつたら、上の子に我慢させてしまわないか不安」

「生まれたばかりの頃は寝ている時間が多いから、寝ている間はたっぷり上の子と一緒にいてあげるといいと思う」

#### ひとくちメモ

ママトーク!は、「25歳以下」「40歳前後」「転入して間もない方」など、対象者を分けて行うおしゃべり会です。スタッフと一緒に、似た境遇ならではの話や情報交換ができます。

#### 子育て支援・多世代交流センターの催しはこちら

- ・わんぱく・みと(大町3、☎303-1515)
  - ・はみんぐぱく・みと(本町1、☎302-3662)
- ※催しのスケジュールなど、詳細は、同センターホームページ(<https://www.kosodate-mito.com>)で見ることができます。

