

# みらいえ 通信

## みらいえのイベントを紹介！！

### 親と子の性教育講座

#### 性の話ってどう伝えたらいいの？

みらいえでは、就学前の子どもと保護者を対象に、子どもに伝えたいプライベートゾーンの話と洗い方などを助産師がわかりやすくお話しする講座を行っています



模型を使って、プライベートゾーンの洗い方を伝えています



#### 講座の内容

- ・絵本を使った性と生のおはなし
- ・プライベートゾーンと身につけたい知識
- ・男の子、女の子のプライベートゾーンの洗い方
- ・下着や服を着せるゲーム
- ・性教育いのちの図書や絵本の展示 など



好きな下着や服を選んでいきます

#### 幼少期からの性教育ポイント

- ・水着で隠れる部分(プライベートゾーン)は見せない・触らせない
- ・相手のプライベートゾーンを見ない・触らない
- ・嫌な触られ方をされそうになった時は「嫌だ」「やめて」と言って良い
- ・嫌なことをされたら、すぐに大人に相談する
- ・自分は大切に扱われる存在で、相手も自分のように大切に扱われるべき存在であることを伝える

#### 参加者の声

- ・兄弟間で抱きついたり、ほっぺにチューをしたりすることが増えてきたので、どう伝えていったらいいか知りたくて参加させていただき、すごく参考になりました
- ・おむつ替えやお風呂の時に声かけしようと思いました

## もぐもぐ講座

### どうして食べてくれないの？

「食事の時間が長い」「偏食が多い」「一通りやることはやってみたけどどうしていいかわからない」など子どもの食事に悩みがある保護者と18か月ごろの子どもを対象に、管理栄養士から食事が楽しくなるヒントを話し、学びあいました



みらいえの管理栄養士が、食事が楽しくなるヒントを伝えています

### 講座の内容

- ・食事が楽しくなるヒントのはなし
- ・野菜の歌で手遊び
- ・絵本の読み聞かせ
- ・簡単に作れるおやつ「チーズせんべい」の紹介・試食など



### 食事がすすむヒント

- ・食事の時間をデザイン(ほどよい空腹感を感じられること)と食事の空間をデザイン(「食事を楽しむ」ことに集中できる)
- ・食べ物と友達になる絵本や手遊びなどのツールで食への興味関心が高まる
- ・子どもが好きな食感を多く取り入れる

#### 参加者の声

- ・絵本が好きだから、食べ物に興味をもちそう
- ・チーズせんべいはおいしくて簡単にできそう
- ・とても参考になりましたし、具体的で分かりやすかった

## 姫路市こどもの未来健康支援センター「みらいえ」



みらいえには、「未来へ」つながる“いのち”「未来へ」希望をつないでいくいろいろな人が集い 交流し 支えあう「家」のような場所 という意味が込められています

### みらいえってどんなところ？

こどもの未来健康支援センター(愛称:みらいえ)は、若い世代が安心して子どもを産み育て、子どもたちが明るく健やかに育つことができる社会を目指して、思春期から妊娠・出産、子育て期までを切れ目なく包括的に支援する施設です

次回のイベント情報は、  
みらいえのホームページをご覧ください



〒670-0942 姫路市日出町三丁目3番地  
電話:079-263-7863 開館時間:平日 9時から19時  
❖JR 東姫路駅から徒歩4分 駐車場は53台完備  
❖土日・祝日・年末年始(12/29~1/3)は休館します

