



イクバシナーナ

— になりたいママになる、になりたい私になる —

特集

親子で

芸人と

ロケに参加

そで隊活動報告
してきました



— 最新の子育て情報 —
新年!
子育てを楽しもう

子どもの大学
Peby College
おとく

そで隊ママのおすすめ

子育ての合間に、おいしいかすてらで
一息つきませんか?

板橋区のおすすめ情報を紹介し隊

産後ケアはじめます!
ママの駆け込み寺であるために

ハッピーロードたんけん隊

第15回

子連れでプチ贅沢ができるどんかつ屋「銀扇」
ママだっておいしく!おとくに!板橋バルを楽しもう!

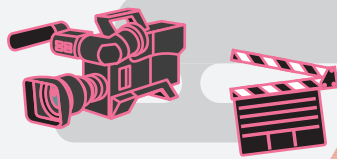
🎁 読者特典あります

vol.23
2024冬号

板橋区
協賛



Happy Road 大山商店街が企画制作する地域動画チャンネルです。放送はYouTubeをご覧ください。
https://www.youtube.com/user/happyroadtv



親子で

芸人と

ロケに参加してきました

そだて隊活動報告



子どもを優しくフォロー

商店街の中で子どもが自転車や歩行者にぶつからないよう、ロケ隊や大島さんがフォローしてくださり助かりました。



Happy Road 大山商店街のイベントロケに、イタバシーナそだて隊ファミリーが参加してきました。一緒にまわるのは芸人の大島和也さん。撮影はHappy Road 大山TVのプロ集団と本格的です！ イベントは、「冬のレシート集めてハッピーチャンス」と「バーチャル宣伝大使決定戦」の2つ。親子でイベントを楽しみながら、ロケというワクワクでスペシャルな体験をしてきました。

初めてのロケにドキドキ

テレビの中の人に興味いっぱいの子供たち。今回のロケも「楽しそう！」と即参加を決意。はじめは声小さく緊張した様子でしたが、スタッフの皆さんの優しさですぐにいつもの調子を取り戻していました。



▲「冬のレシート集めてハッピーチャンス」ご一行

▲「バーチャル宣伝大使決定戦」ご一行

ロケではメロンパン屋さんとお花屋さんにおじゃましました！



ください！

気遣いあふれるロケ現場

「子どもが出番を待ちきれず、カメラに映り込んでしまった時、カメラマンさんが怒らず、うまい角度で撮ってくださったことに感謝です」(そだて隊百合香さん)



たいやき！



商店街でたくさんお買い物

大好きな「鯛吉」さんや雑貨屋さん、おかし屋さん、お惣菜屋さん等でお買い物！



参加してみても

子どもがいるロケでしたので、どうかと心配なところもありましたが、みなさんが気遣って下さって、終始楽しくロケをすることができました。とても良い思い出になりました。

親子で楽しませていただき、いい思い出になりました！ 終わった後の息子たちの、ひとつレベルアップしたような自信に満ちた表情を見た時、勇気を出して参加してよかったと思いました！

そだて隊新人 百合香さん 蒼明くん(3歳)
取材や誌面作りに興味があり、活動を通して子どもとたくさん思い出を作りたいと思い、入隊。

そだて隊3年目 Naoさん こうせいくん(6歳)・まなとくん(3歳)
板橋区に引っ越して来てほどなく、コロナ禍に次男を出産。閉塞的な子育て環境の中、板橋ママとの繋がりを求めて入隊。

入隊キツカケ

あなたも

「イタバシーナそだて隊」に参加しませんか？

イタバシーナそだて隊とは、イタバシーナの制作に携わるママたちのこと。活動の軸はそのお届けですが、ママのやりたい気持ちがあれば、今回のロケのようなチャレンジも可能。子育ての合間に自分のペースで活動ができますよ！ 子育ての悩みを相談できるママとの出会いや、新しい体験をぜひ「そだて隊」で！

大募集



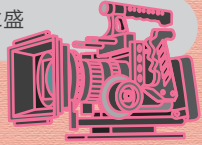
▲レシート金額を数えるのをやさしく見守ってくれました

兄弟2人で参加したので、ケンカしないか物をこわさないかヒヤヒヤしましたが、大島さんが子どもと目線を合わせてしっかりサポートしてくれて心強かったです。

ロケ隊のやさしさに感動

「Happy Road 大山TVは、地元愛あふれるアットホームで素敵な番組なので、これを機にイタバシーナとコラボなどさらに盛り上げていければいいと思います」

(そだて隊Naoさん)



ご連絡はコチラへ

保育園 フォレスタ・志村三丁目



「生きる楽しさ」が体感できる 子ども主体の保育

子どもの「なぜだろう？」を大事にし、「なるほど！」へと変化させていく過程は、やがて小学校以降における「生きる力の基礎」「人間形成の基礎」＝将来の土台づくりにつながります。

フォレスタ・志村三丁目では、お茶の水女子大学名誉教授、内田伸子先生監修により開発された「楽習保育®」を導入。子どもの成長・発達を最大限尊重しながら、いろいろな遊びや生活の中に教育的要素を取り入れることで、子どもが楽しみ、主体的に体験し、自然に気づきを得て「生きる楽しさを自ら学ぶ」ことができる環境づくりに力を入れています。

楽習保育®
Produced by ShoPro

人格形成の基礎を作る保育

長年にわたり幼児教育実績のある小学館集英社プロダクションとタッグを組んで研修プログラムを導入しています。日頃から保育士が共に学び合える環境があり、協調性のある組織作りが実現。保育の質の向上につながっています。

楽習保育®のポイント

まなびにつながる「あそび」

1 あらゆる「あそび」は子どもの自発性が出発点。保育者は遊びを見守りながら必要に応じた援助や教育的支援を行っています。楽習保育®では子どもが自己実現できているかを見極め、子どもが投げやりになった時に手を貸すことが大切だと考え取り組んでいます。

2 適切で適時の援助

楽習保育®では「個人の差」を最大限に尊重し、それぞれの個性や発達を考慮した丁寧な環境づくりを行います。発達の伸びは援助次第で変わるため、適切で適時の援助(＝教育的なはたらきかけ)を、保育者全員が正しく実践できるよう努めています。

保育者は子どもを取り巻く環境の一部

3 保育者が自分らしく安心して働ける環境を作っています。楽習保育®という指針を持つことで保育者が迷うことなく保育を行い、ゆとりを持って子どもに関わることができます。保育者研修を定期的に行い、高い保育の質を保つために学び合える環境も整えています。

幼稚園は日中の活動で習い事の要素をたくさん取り入れてくれているので、2歳で卒園したあと幼稚園に進学するケースが増えてきています。そのため、フォレスタ・志村三丁目では幼稚園の入園の連携を進めています。

詳しくは
WEBで



保育園フォレスタ・志村三丁目

お問い合わせ

志村三丁目駅から徒歩5分

見学も
お気軽に

看護師スタッフも
います!

1~2歳児

企業主導型保育園 定員12名

園児募集

東京都板橋区坂下1-18-14ハイツ高富1階
開園時間 月~土 7:15~20:15

パート・短時間勤務の方

在宅ワーク・リモートワークの方

フリーランスの方

これから仕事を始めたい方

などにも、安心してご利用いただけます!



HPは
こちらから

「子育てを楽しもう」と聞いて、「子どもの成長を見ているだけで楽しい」「こんなに辛いのに楽しむなんて無理！」と様々な反応がありそうですね。今回はちょっとした行動でママの子育てが楽しくなるコツをご紹介します。

1 子どもの発達段階を理解する
大半の子どもの視力は、生後間もない赤ちゃんで0.1、1歳で0.2、3歳で1.0となります。赤ちゃんはぼんやりと見えるだけです。3歳児までは「足の裏を刺激する」「手のひらを刺激する」といふことを意識してみて下さい。足の裏と手のひらは脳と直結しています。科学的な根拠はぜひ調べていただきたいのですが、足の指を広げると、爪先を触る、ママの指を握らせる、手のひらを優しく撫でるなどの刺激を与えてあげるととても良いです。そのため、焦って立たせることなくハイハイの時間を長くしましょう。子どもの発達段階を理解していると、子どもに対する「イライラや心配事が減り、より愛おしい存在になる」と思います。

2 親子でチャレンジする
赤ちゃんの頃から「英才教育」という言葉がありますが、実際には幼少期4歳を指します。3歳までは前述した足裏の刺激などをしていれば十分に英才教育です(笑)小さいうちから何かやらせるのであれば、ペーサインと知育をオススメします。よく子どもに良いと言われるのは英会話と水泳

ですね。英語は毎日親がしゃべりかければネイティブになりますが、現実的には不可能です。水泳もまずは水に慣れさせることが目的になるので、赤ちゃんの時から風呂で顔に水をかけてあげれば大抵は大丈夫。ペーサインは、習わなくてもネットで学び実践することができます。一つ一つ覚えていき、「コミュニケーションを取れるようになる」と、それはもう可愛くて仕方がないです。知育は習う必要があり高単価(Peby Collegeは低単価です笑)なので、余裕があれば良いと思います。この2つをオススメするのは、両方とも「自己肯定感」が高まる効果があるからです。その後の成長にも活きてきます。子育てで大変なママの心もきつと和らぐことでしょう。子どもとママのためにもぜひチャレンジされることをオススメします！



今年、新しい取り組みを始める「はうおり助産院」に話を伺いました
産後ケアははじめます！
ママの駆け込み寺であるために
はうおり助産院は成増で開業して14年目を迎えました。母乳の出を良くしたい、赤ちゃんが吸いつけない、乳腺炎、卒乳などの母乳に関するご相談や、赤ちゃんの発達や離乳食、上の子のメンタルケアなど、何でも応じています。ママに寄り添い一緒に解決策を考え、「今日こに来て本当良かった！」と思っただけのように頑張っています。



令和6年4月には産後ケアも始めます。お疲れのママの駆け込み寺でありたいです。乳房ケアや授乳指導、体のケア、他のママとお茶を飲んだりおしゃべりをしたり、個室でお昼寝もできます。体



また、おっぱいをあげてオムツも替え、抱っこもしているのに赤ちゃんが泣きやまない。何で泣いているのかわからず、どうしたらいいかわからなくてママまで泣きかくなる。いわゆる「黄昏れ泣き」の時間帯、はうおり助産院で過こせれば気持ち良くなるかなと思いつ、ホワイトケアも計画しています。夕ご飯をゆっくり食べた後、1人でのんびりお風呂に入った。時間が合えば仕事帰りのパパを迎えに来てもらい、一緒に帰っていただくこともできます。ハウイのコンドミニアムを

はうおり助産院

- 板橋区成増1-27-13 山口ビル2階
- 03-6780-1666
- 9:00~12:00、13:00~16:00 完全予約制 定休：土曜午後、日祝

そだて隊ママが産後ケアを一旦早く体験！ 体験記事はWEBで



イメージした室内で、実家のような安心を感じ、のんびりリフレッシュしていただきたいと思います。(助産師 中野あゆみ)



地域応援!!
ハッピーロードたんけん隊 第15回

板橋区で唯一アーケードのあるハッピーロード大山商店街や、その周辺で発見した、気になるお店を親子で突撃します！

親子でプチ贅沢ができるとんかつ屋「銀扇」

ハッピーロード大山商店街にある、33年の歴史をもつ「銀扇」。こどもの頃から通っている長年のファンも多いとんかつ屋さんです。たまにはプチ贅沢したいけど、子どもが食べられるものがあるかな・・・と、つい尻込みしてしまいますが、なんと！



取材・文 琴

THE大人な風貌のお店にも関わらず、キッズメニューがあります！家庭ではなかなか作れない本格的なとんかつは、衣はさくさくでお肉はやわらか。厚切りとんかつをペロリと食べてしまう女性も多いそう！ベビーカー入店が可能なので、ママのたまの贅沢に、ぜひひいてみてくださいね♪

大人と同じものを使い、量だけ調整されたこだわりのキッズメニュー。「小さい頃から良いものを」というお店の信念からとのこと。

とんかつ 豚しゃぶ 創作料理 銀扇

- 板橋区大山町6-9
- 03-3530-9771
- 毎日 11:30~14:30 (LO) 17:30~21:00 (LO)
- ※水曜ディナー定休



詳しくはWEBで▶

たんけん隊で発見した気になるニュースをお届け。これであなたもハッピーロード通!?

ママだっておいしく!おとくに!板橋バルを楽しもう!

「板橋バル」は、チケットを購入するとバル参加飲食店にてちょっとお得に飲食できる素敵なイベント。「バル」=酒場のイメージがあるけれど、実はランチやテイクアウト可能なお店もたくさん参加しています。ハッピーロード大山商店街を含む板橋区内5つの商店街が共催するビッグイベント! ママも子連れでも、この機会に地元のおいしいお店を開拓してみませんか?

食べ歩き飲み歩きイベント「2024板橋バル」

- 開催期間: 2/1(木)~2/29(木) ハッピーロード大山商店街エリア 2/9(金)~2/18(日)
- バルチケット: 1シート3,000円(600円×5枚綴り) 商店街事務所や一部のバル参加店で購入可能

ママが子連れでバル体験! 詳しくはWEBで▶



人と地球に優しいカフェ はぐくみ

コンセプトは「生産と消費を循環させるサステナブルなカフェ」。自社農園でとれたお米の粉を生地に使ったお野菜たっぷりのガレットやスムージーが美味しい♡ カレーやクレープなどもあってランチ、カフェどちらでも利用できます。ベビーカーで中に入れるオシャレなカフェは貴重です! バルチケットを持って親子で出かけよう♪ テイクアウト可。



- 板橋区大山町2-2 03-5926-3340 年中無休11:00~19:00

そだて隊
ママの
おすすめ
vol.05

子育ての合間に、おいしくすてらで一息つきませんか？

小竹向原駅から徒歩7分のところにある、かすてら専門店「小田藤」さんをご紹介します。しっとりした黄色の生地に茶色の焼き目、表面のザラメに甘い香り...かすてらが食べたくなってきませんか？ 皆さんのイメージ通りのかすてらから、野菜やレモンなどの驚きの味まで、多種多様な商品が販売されています。お友達への土産や、大切な人へのお祝いのおプレゼントにはもちろん、ご自宅用にもおすすめです。一度足を運び、かすてら選びを楽しんでみてください！



かすてら専門店「小田藤」

▲ 板橋区小茂根1-16-9 ● 9:00~19:00 ※祝日のみ9:00~16:00
☎ 03-3956-6068 ㊟ 日曜日



◀ 詳しくはイタバシーナWEBで！

イタバシーナそだて隊
小茂根在住 ゆうこさんの
おすすめです♪

イタバシーナ見たよ！

で特典あります ㊟

ママ・スマイル公式LINEに"クーポン"と送るとクーポンを表示できます♪

ブーランジェリー ラヴィブリヤント

板橋区東新町1-17-4 タカラハウス1F

100円 OFF!!

※500円以上お買い上げの方



Spainbar はるばる

板橋区大山東町39-2 白石ビル103

キッズドリンクプレゼント

※小学生以下のお子様連れの方



麵屋 はちどり

板橋区板橋3-14-2

トッピングまたは
大盛サービス



イタバシーナおうえん隊

まちづくり大山みらい株式会社
ハッピーロード大山商店街振興組合

株式会社 Peby Style
恵友印刷株式会社

いつもありがとうございます！



ママ・スマイル
LINE
公式アカウント

登録で最新情報をGET!



<HP><https://itabashi-na.com>

<お問い合わせ>mamsmile.info@gmail.com

くわしくはWEBで

イタバシーナ

