



—子どもたちの楽しい思い出の真ん中に 戸田市立児童センター こどもの国 がありますように—

笑顔が輝いた サマーフェスタ 2025



去る7月26日(土)に開催した「サマーフェスタ 2025」には、なんと6084人の皆様にご来館いただき、夏の一日楽しんでいただきました。今回は「夏祭りの縁日の雰囲気」という思いで、子どもたち参加型のゲーム等をたくさん用意しました。アンケートでも「ゲームがいっぱいあって楽しかった(小2女子)」等の声をたくさんいただくことができました。写真で1日を振り返ってみたいと思います。



戸田市長 菅原文仁様



市議会議員 浅生和英様



東町町会長 市川悦夫様



来賓の皆様



戸田市児童合唱団(園児と一緒に)



よしもと お笑いステージ



ちばちゃんのけん玉ショー&検定



中高生 ライブステージ



うちわ作り体験



〇×クイズ大会



ヨーヨー釣り



ピンポンカップ



くじ引き



ポッチャ



モルック

親の自己肯定感を高める3つの方法をお伝えします！

ここ数年で、“自己肯定感”という言葉はすっかり定着しました。とりわけ子育てをしていると、あらゆる場面で「わが子の自己肯定感」について意識せざるをえなくなります。そこで今回は、「StudyHacker こどもまなびうぼ 編集部」の記事をもとに、子どもの自己肯定感に直結する「親の自己肯定感」についてじっくり考えていきます。

自己肯定感が低い親がやってしまう「NG 行動」

「100点とってもすごい！」と子どもを「条件つき」でほめたり、「〇〇くんより上手にできたね」と他人と比べてしまうことはありませんか？ これは、日ごろ、親自身がありのままの自分を評価されるよりも、「〇〇だから優れている」という評価をされることで安心しているのです。つまり、「ありのままの自分じゃ評価されない」という思いがあるのです。



また、遊ぶ友だちや部活動選びといった子ども自身が決めるべきことでも、自分（親）の思い通りになるようにコントロールしたり、着る服を毎日用意したり、「忘れ物ない？」「宿題やった？」などしつこく確認したりと、先回りして子どもの世話を焼いてしまうことはありませんか？ 子どもの生活や身のまわりのことをコントロールしたり、あれこれ世話を焼いたりしたがるのも、自己肯定感の低さゆえに「(子育てを) 完璧にしなければ自分が責められる」「子どもへの評価が私の評価につながってしまう」という不安からだと言えるのです。

自己肯定感を高める3つの方法

目の前の出来事をプラスにとらえましょう

自己肯定感を高めるために、起きた事実をプラスにとらえられるようにします。具体的には、「今日はとても疲れていて、夕飯はレトルトのカレーにしてしまった」という事実があったとします。そこで「レトルトなんて手抜きすぎる」「親として失格」とマイナスの方向に進むのではなく、「ごはんはちゃんと炊いた」「ゆで卵を添えてあげた」など、「できたこと」だけを考えましょう。そうすることで、いまの自分を認めて、肯定的に受け止められるようになるそうです。

いま「ある」ことに感謝しましょう

今の自分に『ある』ものに目を向けて感謝するようにします。「家族が健康でいてくれる」「ごはんを残さず食べてくれる」といった、ごく当たり前のことでも、意識して感謝することで、自己肯定感や自信、さらには幸福感も高まっていきます。時には、言葉や手紙で感謝の気持ちを伝えることもいいですね。



SNS から離れ、自分を大切にできる時間をつくりましょう

SNSでの情報過多は、自己肯定感を下げる原因になることがあります。適度にSNSから離れ、何か夢中になれる時間をつくりましょう。皆さんは、「やるべきことをやってからでないと、趣味に時間を費やしてはいけない」と、自分の好きなことを後回しにしていますか？ 幸せな人の共通点としてあげられるのが、時間を忘れるほど何かに没頭している時間を見つけることです。スポーツ、アート、語学レッスンなど。親が夢中で楽しんでいる姿を子どもに見せることで、その充実感や幸福感は必ず伝播します。それはいずれ、親と子の自己肯定感を上げる力ギになるはずです。

「自己肯定感を上げること」は決して目的ではありません。生き生きと充実した毎日を過ごすこと、自分を好きになることが、自己肯定感アップにつながるということを忘れずにいたいですね。

(統括館長／子育て相談責任者 堀内 俊吾)



9月の予定



日曜日	場所	講座・イベント名	対象	時間	内容・その他/持ち物	申し込み方法
1 月	軽体育室	ボールであそぼう	未就学児と保護者 各回12組	9:00～14:30(20分交替制)	キャラクターボールなどで 思いきり体をつかってあそびましょう♪	当日受付
2 火	軽体育室	のりものであそぼう	未就学児と保護者 各回6組	9:00～11:20(20分交替制)	足こぎ道具を使い体を動かして 思いきりあそびましょう♪	当日受付
3 水	館内	おりがみであそぼう	全児童	9:00～夕焼けチャイム	今日のおりがみはなに？	当日受付
	スタジオ1	産後ヨガ教室	産後2か月～産後1年未満(11か月)の産婦	10:00～11:30	女性の身体の変化によるストレスや、身体的 負担等に効果的な運動方法について学べます♪	●事前受付:子育てアプリ「とだ ミイ」からお申込みください
4 木						
5 金	多目的ホール	よくみてかんがえて	未就学児と保護者	9:00～14:30	手先を使った知育あそびになります♪	当日受付
	多目的室2	親子リミックス体験会	未就学児と保護者 各回6組	⑩10:00～(15分程度) ⑩10:40～(20分程度) ⑩11:20～(20分程度)	おひざでリミックス(0歳～1歳) あんよでリミックス (1歳～2歳) げんきリミックス (2歳以上)	当日受付
6 土	軽体育室	ボンダンス	ちびっこクラス 年少～年長と保護者 20組 ジュニアクラス 小学生 15組	9:30～10:15 10:30～11:15	ボンダンスを使ってチアダンスを楽しめましょう♪ 持ち物/室内履き・飲み物・動きやすい服装	当日受付
	多目的室1	ラクキューであそぼう	小学生(未就学児年長は保護者同伴で可) 先着6名	14:00～15:30	ラクキューを使って作ってみよう！ 今月のテーマはなに？	当日受付
7 日	多目的室1	おりがみタイム	全児童(未就学児は保護者同伴) 各回5名	⑩10:30～ ⑩15:30～	季節のおりがみ作品と一緒に作りましょう♪	当日受付
8 月	軽体育室	ボールであそぼう (バスケットボールの日)	未就学児と保護者 各回12組	9:00～14:30(20分交替制)	キャラクターボールなどで 思いきり体をつかってあそびましょう♪	当日受付
9 火	軽体育室	のりものであそぼう	未就学児と保護者 各回12組	9:00～11:20(20分交替制)	足こぎ道具を使い体を動かして 思いきりあそびましょう♪	当日受付
10 水	館内	おりがみであそぼう	全児童	9:00～夕焼けチャイム	今日のおりがみはなに？	当日受付
	スタジオ1	産婦骨盤ケア教室	産後2か月～産後1年未満(11か月)の産婦	10:00～11:30	産婦における運動や腰痛に対する知識と腰痛予防 等に効果的な運動方法について学べます♪	●事前受付:子育てアプリ「とだ ミイ」からお申込みください
	多目的ホール	グランドピアノを弾いてみよう	⑩14:30～16:25 ⑩18:00～20:00	未就学児年中(4歳児)～小学生 小学生～高校生	グランドピアノ/を受付順にご利用することができ ます 未就学児～小学生は保護者同伴です	●事前受付
11 木	図書コーナー	親子の楽しい絵本の会	未就学児と保護者	11:00～	親子で楽しむ読みかせ 手あそびもあるよ♪	不要
12 金	多目的ホール	よくみてかんがえて	未就学児と保護者	9:00～14:30	手先を使った知育あそびになります♪	当日受付
	軽体育室	体操の先生とあそぼう	未就学児と保護者 24組	9:30～10:30	パワー全開！で楽しむ運動あそび 親子体操などのふれあいタイムもあります♪	当日受付
	多目的室2	親子リミックス体験会	未就学児と保護者 各回6組	⑩10:00～(15分程度) ⑩10:40～(20分程度) ⑩11:20～(20分程度)	おひざでリミックス(0歳～1歳) あんよでリミックス (1歳～2歳) げんきリミックス (2歳以上)	当日受付
13 土	多目的室1	オリジナルカレンダーをつくらう	全児童(未就学児は保護者同伴) 各回先着12名	⑩10:30～ ⑩15:30～	季節をテーマにした、わたし・ぼくの オリジナルカレンダーをつくらしましょう♪	当日受付
14 日	多目的ホール	よくみてかんがえて	未就学児と保護者	9:00～14:30	手先を使った知育あそびになります♪	当日受付
	多目的室1	科学工作	全児童(未就学児は保護者同伴) 先着8名	15:00～15:40	スライム作り！ この感触がなんともいいなさいわってみて	当日受付
15 月	軽体育室	ボールであそぼう	未就学児と保護者 各回12組	9:00～14:30(20分交替制)	キャラクターボールなどで 思いきり体をつかってあそびましょう♪	当日受付
16 火	軽体育室	のりものであそぼう	未就学児と保護者 各回12組	9:00～11:20(20分交替制)	足こぎ道具を使い体を動かして 思いきりあそびましょう♪	当日受付
	多目的室2	ピヨッコぶち	未就学児と保護者 各回6組	⑩10:00～10:25 ⑩11:00～11:25	制作・歌・手遊びなど 親子でいっしょに楽しめましょう♪	当日受付
17 水	休 館 日					
18 木	こどもの国 公園広場	戸田遊び場・遊ぼう会 ちびっこぼうけんひろば	未就学児と保護者	10:00～11:30	こどもの国公園広場で、みんないっしょに 外遊び♪ 持ち物/着替え・飲み物	当日受付 (※雨天中止)
19 金	多目的ホール	よくみてかんがえて	未就学児と保護者	9:00～14:30	手先を使った知育あそびになります♪	当日受付
	多目的室2	親子リミックス体験会	未就学児と保護者 各回6組	⑩10:00～(15分程度) ⑩10:40～(20分程度) ⑩11:20～(20分程度)	おひざでリミックス(0歳～1歳) あんよでリミックス (1歳～2歳) げんきリミックス (2歳以上)	当日受付
20 土	多目的室1	ラクキューであそぼう	小学生(未就学児年長は保護者同伴で可) 先着6名	14:00～15:30	ラクキューを使って作ってみよう！ 今月のテーマはなに？	当日受付
	多目的室1	秋のお楽しみ会	全児童(未就学児は保護者同伴)			当日受付
21 日	多目的室1	なかよしクラフト	小学生 12名	15:00～16:00	季節の飾り楽しくいっしょに作りましょう♪	当日受付
22 月	軽体育室	ボールであそぼう (バスケットボールの日)	未就学児と保護者 各回12組	9:00～14:30(20分交替制)	キャラクターボールなどで 思いきり体をつかってあそびましょう♪	当日受付
23 火	軽体育室	のりものであそぼう	未就学児と保護者 各回6組	9:00～11:20(20分交替制)	足こぎ道具を使い体を動かして 思いきりあそびましょう♪	当日受付
	多目的室1・2	秋のお楽しみ会	全児童(未就学児は保護者同伴)	① ②		当日受付
24 水	館内	おりがみであそぼう	全児童	9:00～夕焼けチャイム	今日のおりがみはなに？	当日受付
	スタジオ1	ベビーマッサージ教室	産後2か月～産後1年未満(11か月)のお母さ んと赤ちゃん	10:00～11:30	ベビーマッサージ⑥の知識とアタッチメントの 形成に効果的な方法を学びましょう♪	●事前受付:子育てアプリ「とだ ミイ」からお申込みください
25 木	図書コーナー	親子の楽しい絵本の会	未就学児と保護者	11:00～	親子で楽しむ読みかせ 手あそびもあるよ♪	不要
26 金	多目的ホール	よくみてかんがえて	未就学児と保護者	9:00～14:30	手先を使った知育あそびになります♪	当日受付
	多目的室2	親子リミックス体験会	未就学児と保護者 各回6組	⑩10:00～(15分程度) ⑩10:40～(20分程度) ⑩11:20～(20分程度)	おひざでリミックス(0歳～1歳) あんよでリミックス (1歳～2歳) げんきリミックス (2歳以上)	当日受付
27 土	多目的室1	囲碁・将棋・ゲームであそぼう	小学生以上 8名	13:00～14:20	囲碁・将棋・ゲーム遊びに挑戦！ 講師の先生と対決もできます！	当日受付
28 日				⑩10:40～(20分程度) ⑩11:20～(20分程度)	あんよでリミックス (1歳～2歳) げんきリミックス (2歳以上)	
29 月	軽体育室	ボールであそぼう	未就学児と保護者 各回12組	9:00～14:30(20分交替制)	キャラクターボールなどで 思いきり体をつかってあそびましょう♪	当日受付
	多目的室2	おたんじょうび会	9月生まれの未就学児と保護者 各回5組	⑩10:00～ ⑩11:00～	親子でお誕生日のお祝いしましょう♪ フォトコーナーで記念撮影もできます♪	●9/15(月)まで当館受付
	多目的ホール	すくすくサポート	未就学児と保護者	10:00～	お子さんの身長、体重の計測と 子育て相談がお気軽にできます	当日受付
30 火	軽体育室	のりものであそぼう	未就学児と保護者 各回12組	9:00～11:20(20分交替制)	足こぎ道具を使い体を動かして 思いきりあそびましょう♪	当日受付
	多目的室2	ピヨッコぶち	未就学児と保護者 各回6組	⑩10:00～10:25 ⑩11:00～11:25	制作・歌・手遊びなど 親子でいっしょに楽しめましょう♪	当日受付

講座紹介

わくわく歌ひろは

3月から、新たに始まった講座です。プロの腕前をもつ職員がバイオリンとピアノの生演奏を披露します。毎回、季節の歌やアニメ・ソングなど、子どもたちが知っている曲を演奏します。

演奏が始まるとうっとりとして聞き入ったり、一緒に口ずさんだりして、わくわくする時間が流れていきます。



施設紹介

恐竜1 アロサウルス



正門をに入って、右側から皆さんお迎えするのは、恐竜の「アロサウルス」です。この子は、体長6m、高さは4mほどで、ジュラ紀を代表する肉食恐竜です。敷地内には、他にも4体の恐竜があり、こどもの国の象徴となっています。来館の際は、ぜひ一緒に写真を撮ってくださいね。

戸田東小 しなのめタイムをこどもの国で開催

こどもの国では地域の学校との連携を深めています。7月18日(金)には、戸田東小6年生4名の企画・運営による「戸田東小 しなのめタイム(総合的な学習の時間)の実践が軽体育室で行われました。当日は、「校内、他校との交流を増やそう」というねらいのもと、100名近い東小や他校の児童が参加し、大縄跳び、ドッジボール、プラフープかけっこに取り組みました。

参加した戸田東小4年生の児童が「去年の6年生もこどもの国で実践したあと、学校代表として市で発表したと聞きました。今日も、とても楽しく遊ぶことができました。」と話していました。こどもの国の職員も「子どもたちが主体的に学習に取り組んでおり、毎年レベルアップして素晴らしいですね。」と話していました。この実践をもとに、さらに学習が深まることを期待しています。



ボールプールスタート

こどもの国では利用者の声をともに、新しいボールプールを購入し、7月27日から運用を開始しました。1歳から3歳用です。きまりを守って、安全に楽しく使ってくださいね。



8月のベストショット



よしもとお笑い芸人と記念撮影。有名になったら、また遊びにきてね!

地域子育て相談・親子相談

子育てや勉強・友達関係などで悩んでいる皆さん、家族や地域などの問題を抱えている皆さん、解決に向けて一緒に歩み出してみませんか?

まずは、メールや電話(匿名可)でお気軽にご相談ください。秘密は守ります。

こどもの国をLINEのお友達に登録してみませんか!

毎週金曜日には生活に役立つ情報や次週の講座&イベントの予定を、毎月1日には「こどもの国たより」を配信しています。また、大切なお知らせもタイムリーにお届けしています。



Instagramもフォローしてね!

写真や動画でこどもの国の魅力を発信しています。皆さんのフォローをお待ちしています。検索は次のとおりです。



TODA_KODOMONOKUNI

TODA_KODOMONOKUNI



〒335-0023 埼玉県戸田市本町1-17-7

TEL: 048-443-2387 E-mail: info@toda-kodomonokuni.jp

■開館時間/午前9時00分~午後9時00分

■休館日/第3水曜日(祝日の場合は開館) 年末年始(12/31~1/3)

■発行者/社会福祉法人さきたま会 理事長 竹下 成子