



## 子どもと家庭、地域はひとつ にこにこ子育て すくすく精華 精華町子育て支援センターだより



秋の訪れと共にかわいい虫の音が聞こえてくるようになってきました。少し戸外へ出ると色々な発見がありますね。支援センターにもぜひ遊びにきてくださいね。お会いできることを楽しみにしています。

安心・安全に事業を実施するため、当面の間、予約制とさせていただきます。

感染症拡大防止のため

- ① 検温にご協力ください。(37度5分以上の発熱がみられた場合、参加をお断りする場合があります)
- ② 入室される時は手指・消毒してください。
- ③ 可能な限りマスクを着用してください。

### =参加者募集=

#### ◆◆◆食育講座 離乳食「後期・完了期編」◆◆◆

離乳食の進め方や必要性など、見学実習を通して楽しく学びます。

※感染症拡大防止のため、調理実習及び試食はありません。

- ◎日 時 11月17日(火)  
午前10時～11時30分(受付:午前9時40分～9時55分)
- ◎場 所 むくのきセンター調理室(3階)
- ◎講 師 精華町立保育所 管理栄養士
- ◎対 象 者 町内在住で未就園の子どもの保護者
- ◎内 容 離乳食の後期・完了期編
- ◎参 加 費 無料
- ◎定 員 7組程度 申込多数の場合は抽選(※当選された方のみ連絡をします)
- ◎申込期間 10月15日(木)～10月25日(日)
- ◎申込方法 町ホームページから「食育講座」を検索、またはスマートフォンで右の二次元コードからお申し込みください。
- ◎そ の 他 託児があります。対象は2か月～就園前の子どもです。



#### ◆◆◆パパママ講座「赤ちゃんパパ」◆◆◆

子どもの成長はあっという間です。パパも赤ちゃんとの時間を楽しみましょう!

- ◎日 時 10月24日(土)午前10時00分～11時30分
- ◎場 所 保健センター
- ◎講 師 岡 いくよ氏(助産師)
- ◎対 象 者 町内在住で未就園の2か月～12か月(10月1日現在)の子どもとその父親
- ◎定 員 7組程度 申込者多数の場合は抽選(※当選された方のみ連絡をします)
- ◎申込期間 9月24日(木)～10月8日(木)
- ◎申込方法 町ホームページから「赤ちゃんパパ」を検索、またはスマートフォンで右の二次元コードからお申し込みください。



#### ◆◆◆1歳からのぴよぴよサロン◆◆◆

赤ちゃんサロンを卒業した方、あつまれ!同じ年齢の子をもつ親同士、子育ての話をしませんか。

- ◎日 時 11月6日(金)午前10時～11時30分
- ◎場 所 保健センター
- ◎対 象 者 町内在住で未就園の満1歳～2歳まで(11月1日現在)の子どもとその保護者
- ◎定 員 親子7組程度
- ◎申込期間 10月26日(月)～10月30日(金)
- ◎申込方法 町ホームページから「1歳からのぴよぴよサロン」を検索、またはスマートフォンで右の二次元コードからお申し込みください





# ◆◆◆リズムであそぼう◆◆◆

町内在住で未就園のお子さんとその保護者を対象に、音楽に合わせて踊ったりふれあい遊びをする楽しいリズムあそびです。



◎講師 石角 朋美先生(音楽指導者) <<後期(10月~)の予定>>

◎対象 町内在住で未就園の子どもとその保護者

◎申込方法 町ホームページから「リズムであそぼう」を検索。またはスマートフォンで左の二次元コードからお申し込みください。



※詳しくは各保育所にお問合せください。

保育所名	実施日程				
	10/20	11/17	12/15	1/19	2/16
こまだ保育所 (TEL94-3400)	10/20 (火)	11/17 (火)	12/15 (火)	1/19 (火)	2/16 (火)
いけたに保育所 (TEL72-3530)	/	11/12 (木)	12/10 (木)	1/14 (木)	2/5 (金)
ほうその保育所 (TEL94-3530)	10/14 (水) 中止	/	12/9 (水)	/	2/24 (水)

## 季節の子育て情報

# ほっこりカフェ



子育て支援センターでは Twitter で動画を作成し、配信しています。自粛期間中は一日でも早く皆様にお会いしたいという思いで、スタッフみんなで作っていました。動画の反響は大きく「元気ができました」「かわいかったです」の嬉しい声をいただきました。その中からおすすめの作品を紹介したいと思います。

## 《おすすめ作品》

### ◎支援センター オリジナル 「どこまでいこう ドライブゴー ゴー」

スタッフみんなでお話を考え、絵や曲を手作りしました。みんなはどこへ行きたいかなあと、ドキドキワクワクしながら作りました。このお話はシリーズになっていて「動物バージョン」「海の生き物バージョン」など展開もおもしろいですよ。



### ◎季節の歌に合わせて「こいのぼり」「あめふり」「かもめの水平さん」

昔懐かしい童謡に合わせて、おはなしシアターを作りました。どこかで必ず聞いたことのある歌・・・思わず口ずさみたくくなります。

### ◎支援センターのおはなしタイム

#### 「ぷくちゃんのすてきなぱんつ」 さく・ひろかわさえこ/出版社:アリス館

おすすめ作品を1か月限定で配信しています。今月は、ぷくちゃんシリーズのおはなしです。みているだけでほっこりと。ぜひ親子でおはなしの時間楽しんでくださいね。



## Twitter 精華町子育て支援センター アカウント名 【 @seika\_kosodate 】

事業の様子や案内、申し込み期間など、おはなしシアターなどの動画などタイムリーな情報を配信しています。右の二次元コードからも入れますので、是非ご覧ください。過去の作品を見返すこともできますよ。





# 食育だより



## ご家庭に残ってませんか？

朝晩、涼しく感じる日が多くなってきました。今年の夏は本当に暑かったので、ようやく過ごしやすい季節が到来しました。これからは、何をするにも活動しやすく、食事の用意をするのも楽になってきます。

今年の春、緊急事態宣言が出された際は、スーパーの売り場からは色々なものがなくなりました。ホットケーキミックスもその一つでしたが、買い置きしたもののの中に、それが残っているというご家庭はありませんか？

今回は、ホットケーキミックスを使って、秋の味覚さつま芋と一緒にココア風味の蒸しパンの作り方を紹介します。

## 簡単おやつレシピ

### ココア風味のさつま芋蒸しパン (アルミケース9号 6個分)

#### 材料

ホットケーキミックス	150g
ココア	3g (大さじ1/2)
砂糖	30g
牛乳	150 ml
油	大さじ1
さつま芋	90g



#### 作り方

1. さつま芋は、皮つきのまま1cm角に切って水にさらして、色が変わる程度にさっと茹でる。  
(茹でてから上に飾るさつま芋は少しとっておく)
2. ホットケーキミックスにココアを加えて一緒にふるっておく。
3. ボウルに牛乳を加え、砂糖、油を入れてよく混ぜる。
4. 3に2を加えてよく混ぜ、1のさつま芋を加えてさっと混ぜ、アルミケースに、等分に入れ、飾り用のさつま芋をのせる。
5. 何も入っていないフライパンに4のアルミケースを並べ、アルミケースの半分程度の高さまで水を入れ蓋をして強火にかける。
6. 5の蒸気があがってきたら中火にして、途中で水がなくならないように注意して12分ほど蒸す。  
竹串を刺して何もつかなければ出来上がり。

※5で入れる水は入れすぎると、沸騰した際にアルミケースに湯が入り、べちゃべちゃした蒸しパンになってしまいます。蒸し器がある場合は、蒸し器でするといいでしょう。

精華町子育て支援センター (こまだ保育所)

TEL98-4001 FAX94-3780

E-mail [kosodate@town.seika.lg.jp](mailto:kosodate@town.seika.lg.jp)

子育て支援センターだより Vol.2-4は精華町ホームページでご覧いただけます。

精華町ホームページ⇒便利なサービス⇒子育て支援センター⇒

2020年度精華町子育て支援センターだより・情報カレンダー