



朝顔やひまわりなど、夏ならではの花が咲く季節となりました。暑さ対策などをしながら元気に楽しく夏を過ごしたいですね。いろいろな事業への参加をお待ちしております。

- ・手指消毒をしてから、入室をお願いいたします。
- ・子育て支援センターの事業は、精華町在住の方に限ります。

『Instagram』開設!!

事業の様子などを載せています。



KODOMO2005KOSODATE

「精華町子育て支援センター」で検索。もしくは左のQRコードを読み取ってください。

=参加者募集=

◆◆◆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 9月6日(金) 午前10時~11時30分
- ◎場 所 旧東畑公民館(いろは)
- ◎対 象 者 町内在住で未就園の1歳~就園前まで(開催日現在)の子どもと保護者
- ◎定 員 親子10組程度
- ◎申込期間 8月21日(水)~8月28日(水)の午後4時まで
- ◎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



◆◆◆子育てふれあい教室「第2期音楽リズムであそぼう!」◆◆◆

心地よい音楽に合わせてお子さまとふれあって、自分自身もリフレッシュしましょう。

- ◎日 時 9月30日(月)、10月7日(月)、10月21日(月) ※3回シリーズです。各回 午前10時30分~午前11時30分
- ◎場 所 精華町交流ホール(町役場2階) ※全3回に参加できる方
- ◎講 師 NPO法人こらぼねっと京都
- ◎対 象 者 町内在住で未就園の1歳6か月以上(開催日現在)の子どもと保護者
- ◎申込期間 9月9日(月)~9月18日(水)
- ◎申込方法 町ホームページから「音楽リズムであそぼう」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。



◆◆◆食育講座 離乳食「おやつ・食事編」◆◆◆

野菜たっぷりのバランスのとれた食事、簡単に作れるおやつの紹介や調理実習などを通して楽しく学びます。

- ◎日 時 9月3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1歳0か月(開催日現在)以上の子どもと保護者
- ◎内 容 離乳食のおやつ・食事編
- ◎参加費 500円(親子で試食します)
- ◎定 員 12組程度
- ◎申込期間 8月13日(月)~8月21日(水)
- ◎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。



◆◆◆出前おはなし会“おはなしポケット”◆◆◆

保育士が楽しく絵本や紙芝居の読み聞かせをします。一緒にほっこりしませんか？



- ◎日 時 9月10日(火) 午後2時30分～3時30分
- ◎場 所 みんなの元気塾(東畑地区)
- ◎対象者 町内在住で未就園の子どもと保護者
- ◎内 容 みんなの元気塾での開催については、簡単な伝承遊びをゆったりと楽しんだ後お話を始めます。

申込不要です。

◆◆◆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 9月28日(土)(※変更の場合あり)
午前10時～11時30分
予約受付 9月2日(月)～
9月18日(水)の午後4時まで
対象者 町内在住で未就園の2か月～12か月
まで(開催日現在)の子どもと父親

日 時 10月26日(土)(※変更の場合あり)
午前10時～11時30分
予約受付 10月1日(火)～
10月16日(水)の午後4時まで
対象者 町内在住で未就園の2か月～12か月
まで(開催日現在)の子どもと父親

- ◎場 所 保健センター
- ◎講 師 岡 いくよ氏(助産師)
- ◎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。



◆◆◆子育てふれあい教室「第2回わらべうたあそび」◆◆◆

赤ちゃんとのスキンシップはとても大切です。わらべうたを通して親子のふれあいを楽しみましょう。

- ◎日 時 9月27日(金) 午前10時15分～11時15分
- ◎場 所 高齢者社会福祉施設「神の園」(南稲八妻地区)
- ◎講 師 わらべうたサークル “おてんとさん” 奥 朗子 氏
- ◎対象者 町内在住で未就園の1歳6か月以上(開催日現在)の子どもと保護者
- ◎定 員 親子15日組程度
- ◎申込期間 9月9日(月)～9月18日(水)
- ◎申込方法 町ホームページから「わらべうたあそび」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。



◆◆◆食育講座 離乳食「初期・中期編」◆◆◆

離乳食の進め方や必要性、簡単メニューの紹介など調理実習を通して楽しく学びます。

- ◎日 時 10月22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及び妊婦の方
- ◎内 容 離乳食 初期・中期編
- ◎参加費 300円(親のみ試食します)
- ◎定 員 12組程度
- ◎申込期間 9月30日(月)～10月9日(水)
- ◎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。



その他の事業の申し込みにつきましては町ホームページ、または右の二次元コードからお申し込みください。
実施日に関しては情報カレンダーをご確認ください。






お誕生日のつどい

お誕生日のつどいは、その月生まれのお友達が集まって、みんなでお祝いをします。身体計測をした後、誕生日カードに手形をおしたり楽しいシアター（手遊び、ラミネートシアター）もあります。

パソコンで町ホームページ「お誕生日のつどい」を検索、またはスマートフォンで、右の二次元コードからも受付しています。



8 月生まれ“お誕生日のつどい”		9 月生まれ“お誕生日のつどい”	
日時	8月23日(金)	日時	9月20日(金)
時間	午前10時～11時30分 (変更の場合あり)	時間	午前10時～11時30分 (変更の場合あり)
場所	子育て支援センター 	場所	子育て支援センター 
参加費	120円	参加費	120円
予約受付	8月1日(木)～ 8月16日(金)午後4時まで	予約受付	9月2日(月)～ 9月13日(金)の午後4時まで

季節の子育て情報

ほっこりカフェ



毎年9月1日が【防災の日】です。

“防災の備え”と聞くと、防災グッズの確認や食料(おやつ)・飲料等の購入をすることに注目しがちですが、家族の会話の中で、こんなことにも目を向けておくといいですね。

- ・ハザードマップを確認する。自分が住んでいる地域の災害のリスクを知ることができます。
- ・防災マップで地域の避難場所を確認する。
- ・防災グッズの確認・把握をする。防災リュックなど、すぐに持ち出せるカバンを用意する。
- ・家具の転倒防止対策を行う。
- ・家族同士の連絡手段を確認する。



《赤ちゃんや子ども向け防災用品》

基本グッズ

- ・紙おむつ、おしりふき
- ・着替え・ビニール袋
- ・粉ミルク・哺乳瓶
- ・親子(母子)健康手帳
- ・懐中電灯
- ・可能であればおもちゃ
- ・離乳食(レトルト)

あると便利なグッズ

- ・だっこひも又はおんぶひも【両手があいていると楽です】
- ・冷却シート【暑さ対策にも活用できます】
- ・カイロ【離乳食を温めるのにも使えます】
- ・ホイツル【閉じ込められた時に使えます】
- ・新聞紙・ビニール袋【防寒対策や敷物、おむつの処理に使えます】
- ・サランラップ【器代わり】
- ・バスタオル【おむつ替えのマット、布団やおくるみの代用】

・非常食を、一度食べてみるのもいいですね。各自の口に合うものを見つける意味でもおすすめです。

・缶ミルクも便利です。

☆精華町ホームページ

[メニュー→もしもの時に⇒防災・災害対策⇒防災マップ発行]も参考にして下さい。



食育だより



夏野菜たっぷり

夏真っ盛り！夏バテしていませんか？

季節柄水分を多く取りがちですが、食事の量など落ちていませんか？

暑い夏は、水分も大事ですが、しっかり食べることもとっても重要です。

今回は、子どもが料理の楽しさを味わえるポイントがたくさん入った「夏野菜のカップピザ」の作り方を紹介します。

簡単おやつレシピ 夏野菜のカップピザ

材 料（6個ぐらい）

玉ねぎ	100g
パプリカ又は、ピーマン	30g
ズッキーニ又はなす	30g
トマト	50g
皮なしウインナー	40g
なたね油	少々
塩こしょう	少々
ケチャップ	大さじ2弱(30g)
餃子の皮	6枚
ピザ用チーズ	40g



（作り方）

1. 野菜は、小さな角切りにする。（なすを使用した場合は、水につけ、あく抜きをしてから水をきっておく）
2. ウインナーは野菜の大きさに合わせて切る。
3. フライパンを火にかけて、なたね油を加え、玉ねぎがしんなりするまで炒める。
4. 3にパプリカ（ピーマン）、ズッキーニ（なす）、ウインナーを加えて火が通るまで炒める。最後にトマトを加えて、さつと混ぜ合わせ火を止めて、塩こしょう、ケチャップを加えて混ぜる。
5. 8号のアルミカップに餃子の皮を敷いてカップを作る。
6. 5のカップに4をスプーンで詰め、上にピザ用チーズを散らして、オーブントースターで7分ほど焼く。

◎2歳くらいの子どものできそうなこと

- ・玉ねぎの皮むき、パプリカ、ピーマンの種取り、野菜を洗う。
- ・炒めた具材に塩、こしょう、ケチャップを加えて混ぜる。
- ・カップに具材を入れてピザ用チーズを散らす。



一緒に料理を
楽しみましょう。

精華町子育て支援センター（こまだ保育所内）

TEL 98-4001 FAX 94-3780

E-mail kosodate@town.seika.lg.jp

子育て支援センターだより令和6年度8,9月号 (Vol.6-3)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⇒子育て・教育⇒子育てを楽しもう⇒子育て支援センター⇒子育て支援センターだより