



おごりしこそだしえん
小郡市子育て支援センター

のびのび通信



☎ (FAX) 73-5041

Mail : kosodateshien5041@suo.bbiq.jp

季節の変わりめは、一日の気温差もあり体調管理が難しい時期です。また雑菌が繁殖しやすくなります。手洗いやうがいを丁寧に、衛生保持や感染症予防に努めながら元気に過ごしましょう。

月	火	水	木	金	土	日
		1 すくすくルーム 寺福童公民館	2	3 のびのび オープンルーム あすてらす多目的ホール	4	5
6 すくすくルーム 大保公民館	7 のびのび教室 大原きぼうの森館 「ミニ運動会」	8 すくすくルーム 三国が丘公民館	9 のびのび広場 あすてらす和室 ※6/23 講演会 受付開始	10 のびのび オープンルーム みはら館	11	12
13 すくすくルーム 下町公民館	14 のびのび教室 くろつち会館 「ミニ運動会」	15 すくすくルーム 古賀公民館	16	17 のびのび オープンルーム あすてらす和室	18	19
20 すくすくルーム あすみ クラブハウス	21 のびのび教室 美鈴が丘公民館 「ミニ運動会」	22 すくすくルーム 小坂井 ふれあい館	23 のびのび講演会 あすてらす	24 のびのび オープンルーム 希みが丘公民館	25	26
27 すくすくルーム あすてらす和室	28 のびのび教室 ふれあい館三国 「ミニ運動会」	29	30	※コロナウイルス感染拡大防止の為、 事業が変更になる場合があります		



※のびのび教室：親子のふれあい遊びを通しての仲間作りの場

市内中学校区毎に6教室を開いています。校区を越えての参加も大歓迎です
毎週火曜日 時間：10:00~11:30 参加費無料・要予約 (1週間前より電話予約)

※のびのびオープンルーム：親子で自由に遊ぶ場、交流の場

金曜日 時間：10:00~11:30 参加費無料・要予約 (1週間前より電話予約)

※すくすくルーム：地域交流の場・子育て相談の場 市内8ヶ所で開催しています

会場近くにお住まいの方の参加、お待ちしております！
月・水曜日 時間：10:00~11:30 参加費無料・要予約 (1週間前より電話予約)

☆のびのび広場☆ 《要予約》

「親子ふれあい遊び♪」

- 日時：6月9日(木) 10:30~11:30
 - 会場：あすてらす和室 (受付 10:00~)
 - 講師：大崎保育所の先生 ■定員：12組
- ※保育士さんからの子育ての参考になるお話や、歌・体操、親子遊び、パネルシアターなど楽しい遊びもありますよ♪お楽しみに！
※6/2(木) 9:00~電話受付開始

☆のびのび講演会☆ 《要予約》

「笑顔で囲む食卓とは」

- ~ 食で育む心(脳)と身体(腸) ~
 - 調理実習：おいしいうれしいお弁当作り
 - 日時：6月23日(木) 10:00~11:45
 - 会場：あすてらす調理室 (託児：和室)
 - 講師：笠 真紀子さん(フードコーディネーター)
 - 定員：12人〔託児…3ヶ月からの乳幼児〕
- ※材料費がかかります
※6/9(木) 9:00~電話受付開始

かんたん 簡単クッキング

※保育所で人気の魚を使ったメニューです！
材料は子どもの分量です。大人は倍の分量で作ってみてくださいね！

《魚の塩麴焼き》

【材料】(子ども4人分)

- ・魚…4切れ(1切れ約35g)
- ・しょうが…5g
- ・三温糖…小さじ2と2/3
- ・塩麴…3g
- ・濃口醤油…小さじ2/3

【作り方】

- ①しょうがはすりおろし、しぼり汁を調味料と混ぜ合わせて漬けだれをつくる
- ②魚を①に10～15分漬け込む
- ③フライパンにクッキングシートを敷いて魚を並べて両面焼く



《れんこんの変わり揚げ》

【材料】(子ども4人分)

- ・白身魚のすり身…80g
- ・れんこん(生)…120g
- ・小葱…4g
- ・卵…4g
- ・小麦粉…8g
- ・塩・こしょう…少々
- ・揚げ油…適量



【作り方】

- ①れんこんは皮をむき粗みじん切り、小葱は小口切りにしておく
- ②ボウルに白身魚のすり身、①、卵、小麦粉、塩、こしょうを入れ良く混ぜ、8等分にして丸めておく
- ③②を中温の油で揚げる(平らにしてフライパンで焼いても良い)

《魚のキャロットソース焼き》

【材料】(子ども4人分)

- ・魚(白身魚)…4切れ(1切れ35g)
- ・塩・こしょう…少々
- ・人参…60g
- ・マヨネーズ…大さじ2強

【作り方】

- ①魚に塩・こしょうをする
- ②人参をすりおろし、ザルで軽く水気をきり、マヨネーズと混ぜる
- ③アルミカップの上に魚をのせ②をかけて、オーブントースターで12～15分焼く



こんげつ えほん 今月の絵本



☆教室やオープンルーム、すくすくルームでは、絵本の貸し出しをしています。子どもと一緒に選んでおうちでゆっくり見たり読んだりしてください。



『もこもこもこ』

作：谷川俊太郎
絵：本永定正
出版社：文研出版

はじめは「し～ん」と静か。やがて「もこ」。地面の一部が盛り上がり「もこもこ」。それは大きくなり、隣には「によき」と新たに小さな盛り上がり。ページをめくるとに次々に起こる驚きの展開。どんどん大きく膨れ上がり…。そして最後には!?!いつの間にかこの絵本の世界に引き込まれるそんな1冊です



『おじさんのかさ』

作・絵：佐野洋子
出版社：講談社

おじさんは立派な傘を持っていました。出かける時はいつも傘を持っていましたが、雨が降っても大切な傘が濡れるのが嫌で、傘をさそうとしませんでした。ある雨の日、子どもたちの歌を聞いたおじさんは初めて傘を広げてみました。傘をさして見えた世界はおじさんにはとても新鮮でした。「あめがふったら ポロロンロン あめがふったら ピッチャンチャン」心地良い響きに雨降りの楽しさを見つけられる1冊です

今月の歌

♪あめふり♪

作詞：北原白秋
作曲：中山晋平

1.あめあめ ふれふれ かあさんが
じゃのめで おむかえ うれしいな
ピッチピッチ チャップチャップ
ランランラン

2.かけましょ かばんを かあさんの
あとから ゆこゆこ かねがなる
ピッチピッチ チャップチャップ
ランランラン

3.あらあら あのこは すぶぬれだ
やなぎの ねかたで ないている
ピッチピッチ チャップチャップ
ランランラン



のびのび通信：2022年6月