

あのね

あつまる

つながる

わかちあう

春よ来い



【子育て支援メッセ】開催報告♪

2月27日（土） 兵庫県民会館11F パルテホール

参加人数 300名

● オープンセレモニーでは、ゆるキャラが勢ぞろい♪

兵庫県内のゆるキャラ8体が集結



北播磨地域からは、加東市の「でんのすけくん」が参加しました。



ステージでは、体験型ハーブ演奏などがありました。

● 展示・体験ブース（北・東播磨地域、丹波・但馬地域のブース）



「西脇小児医療を守る会」と「子ども未来ネット in 北播磨」の活動内容を展示し、三木市、丹波市、多可町などで活動されているグループのパンフレットを紹介しました。



エクラで開催した「小児医療をいっしょに考える」フォーラムでもお世話になった大塚製薬さんのブース。経口補水飲料OS-1にみなさんも興味津々でした。

● 子育て支援NPO大懇談会



NPO・地域団体、企業、大学、行政による情報・意見交換会に47団体計70名が参加。90分の間に名刺交換会、グループ懇談会と内容の濃い大懇談会となりました。



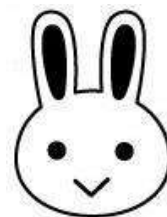
お知らせ♪

「子育てママ・パパのおしゃべりルーム」

4月予定

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

4日（日）
7日（水）栄養相談
14日（水）
21日（水）栄養相談
28日（水）



10時から12時まで、小野市うるおい交流館託児ルーム「ちびっこバク」を開放しています！
参加費無料、栄養相談の日は託児サポーター在室

「水」

● 汚した水をきれいにするための必要な水の量は？

しょうゆ	大さじ1杯	600ℓ
マヨネーズ	大さじ1杯	4,000ℓ
牛乳	コップ1杯	4,000ℓ
味噌汁	お碗1杯	800ℓ
天ぷら油	500ml	16万8,000ℓ



環境

つまり、お風呂で約840杯分です。
そのまま流さない工夫をしましょう。
例えば、ペーパーでふき取る。
油を固めて捨てる。
リサイクルなど

※ 世界中には水不足で困っている国がたくさんあります。汚した水をきれいにするにもたくさんの手間と大切な水が必要です。貴重な資源を大切にしましょう！

「スキンシップ」

愛情

子どもが大きくなるにつれ「スキンシップ」がだんだん減ってきていませんか？スキンシップを通じて、肌から感じる暖かさで精神を安定させることができます。そうして子どもたちは、大好きな人からエネルギーをもらうのです。でも、いざ「スキンシップをしよう」と言われても難しいですね。例えば、朝起きる時の布団の中や寝る前の布団の中で少し時間をとって、一緒にゴロゴロしながら抱きしめたり、チューってしたり、頬ずりしたり。お風呂で一緒に遊びながらお話しをしたり、寝る前に絵本を読んであげるのもよいですね。

幼少期に、十分にスキンシップが取れていると、自分が「愛されている存在」という認識が子どもの中に育ちます。この「愛されている存在」こそがこれから困難にぶつかったときにも、「自分を信じる」という強い信念をもって立ち向かうことができるようになるのです。子どもたちにとって「スキンシップ」は親の愛情を確認できる大切なメッセージです。



簡単レシピ

納豆のおやき

(分量は大人2人・子ども2人)

● 材料

納豆……………1パック
ほうれん草……………少々
にんじん……………少々
じゃがいも……………中2個
小麦粉……………大さじ2杯

● 納豆のネバネバが気に入らない。

手づかみしてもOK!

いろいろな野菜をいっしょに摂れる。

離乳食の月齢に応じて納豆は包丁でたたく。



栄養

● 作り方

- ① 納豆は付属のたれを少々入れて混ぜる。
- ② 野菜はゆでて刻み、じゃがいもは耐熱容器に入れてレンジで蒸し、つぶす。
- ③ ①、②と小麦粉を加えて混ぜ合わせる。
- ④ テフロン加工のフライパンで両面を焼く。

★★編集後記★★

春の足音が近づいてきたかと思うと冬に逆戻り、なんだか子どもの成長に少し似ていますね。お兄ちゃん・お姉ちゃんになったかと思うと赤ちゃん返りをしたり、なかなかうまくいかないものです。この春、保育園・幼稚園に通い始める子どもたちは、慣れない環境で不安いっぱいになるでしょう。そんな時は、十分にスキンシップをとって、ママ・パパが「愛してる」という気持ちをしっかり伝えてあげると、お子さんも安心します。

【編集・発行】 NPO 法人 北播磨市民活動支援センター

兵庫県受託事業：「NPOと行政の子育て支援会議運営事業」

東播磨・北播磨・丹波・但馬地域担当

子育て支援コーディネーター 時政（ときまさ）

〒675-1366

小野市中島町72番地 小野市うるおい交流館エクラ内

TEL 0794-63-8156 FAX 0794-62-2400

E-mail : window@ksks-arche.jp