



Vol. 1 9

平成 23 年 5 月

こどもたちが健康にすくすく育つには「環境・栄養・愛情」が必要です。
このテーマを軸にパパ・ママが交流しながら子育てできる情報を発信します。

あのねっ こんな楽しいことがあったよ
あのねっ いまこんなことで悩んでいるよ
あのねっ 一緒に楽しいことがしたいね

5 月予定

子育てママ・パパのおしゃべりルーム

環境

子育ての楽しさや悩みなどを気軽におしゃべりしませんか

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	31				

-  0才～2才児対象
-  2才～就学前児対象
-  栄養相談
-  絵本の時間

* 水・金曜日の年齢は目安です。どちらの曜日に来ていただいてもOKです。
* 栄養相談には母子手帳をお持ちください。
* 平日に参加できないパパは、第1日曜日にお越しください。

始まりました★ 子育てママ・パパのおしゃべりルーム 読み聞かせ「絵本の時間」

愛情

3月25日(第4金曜日)から絵本の時間が始まりました。
絵本ボランティア「ピッピ」の永井さんの楽しいお話や手遊びが、次々と始まるたびに、子ども達もとても喜んで永井さんの所へ走って行ったり戻ったり大変賑やかで、ママ達も一緒に手遊びに参加して楽しい一時を過ごしました。

1歳のころは動物や乗り物など大きくはっきり描かれたものの名前を確認するような絵本が好きですが、2歳児は想像の世界を楽しむことが大好きです。読み聞かせは字を覚えることではなくお話の想像の世界をお母さんやお父さんと一緒に生きてみたり、自分の知っていることを何度も確認して、知ることの喜びを広げることの意味があります。

そんなおしゃべりルームの「絵本の時間」は毎月第4金曜日です。お楽しみに



旬を食べよう

栄養

野菜には本来、旬があります。旬とは、収穫量がピークに当たる時期で日光を浴び、栄養をしっかりと蓄え最もその野菜がおいしい時期を言います。

(春の野菜) たけのこ、山菜、アスパラガス、そら豆、菜の花、玉ねぎ、キャベツ等

そら豆のチーズ焼き (子供1人分)

そら豆 20g 玉ねぎ 30g にんじん 10g ピザ用チーズ 5g マヨネーズ 小1 塩 少々
耐熱容器(アルミカップ等)

【作り方】 そら豆は塩ゆでしておく。玉ねぎは薄切り、ニンジン千切りにしておく。
熱したフライパンにマヨネーズを入れ、玉ねぎとにんじんにしんなりするまで炒め塩で味付けする。
耐熱容器に入れ、そら豆とピザ用チーズをのせてオーブンで焼いたら出来上がり。
だし醤油を少しかけてもおいしい。



担当地区の会員紹介★

NPOと行政の子育て支援会員 (北播磨・但馬・丹波地域)

NO.	団体名	所在地	活動内容
1	西脇小児医療を守る会	西脇市	北播磨地域の小児医療の現状や医師不足の原因、子どもの病気に対する予備知識を伝えて、適正受診を促すなどの「小児医療を考える会」を開催している。
2	西脇おやこ劇場	西脇市	すべての子ども達に身近な所で、良い文化に触れさせ感動する心を育てる為に舞台鑑賞やワークショップを行い子供の健全育成に寄与する。
3	北はりま地域づくり応援団	加東市	まちの子育てひろばを運営、森の中で子育てグループの居場所を開設。どんぐりっ子の森での自然体験・環境学習・森林保全活動や「出前」による地域イベントに参加し、地域づくり活動を展開している。
4	特定非営利活動法人 はあとネット	加東市	(子育て支援とまちづくり) 「発達障害」の勉強会や音楽会を年1回ずつ開催。 毎月1回、絵本の読み聞かせとティータイムもある子育てフリートークの会「みんなのほっとタイム」を開いている。
5	特定非営利活動法人 ナルク丹波	篠山市	2004年4月より子どもの冒険広場を開設中。
6	特定非営利活動法人 Tプラス・ファミリーサポート	丹波市	・依頼会員並びに協会会員による相互育児支援事業 ・講演会等における託児室経営の啓発及びその出張保育事業 ・女性と保護者に対する育児及び人生等の相談助言事業 ・託児室Tプラスの運営
7	こども未来ネット in 北播磨	小野市	障がいの有無にかかわらず、共に集い交流することをきっかけに、互いに尊重しあえる社会での子育て支援の実現を目指す。また、多様な活動グループと連携をとり、広く市民に関心を持っていただける事業を展開する。
8	NPO 法人 北播磨市民活動支援センター	小野市	市民活動自立活性化に向けてのアドバイスを行う、中間支援組織である。また、市民活動の拠点として、地域住民の生きがいづくりや館内の施設を利用しての子育て支援事業に取り組んでいる。

編集後記

はじめまして藤原と申します。4月から子育て支援コーディネーターとして担当させていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。気持ちのいい春がやってきました。親子でぶらぶら散歩をしてみませんか。お子さんの歩みに合わせて歩き、お子さんがふと立ち止まった視線の先には、今まで大人が気も留めなかった小さな草花や虫に気付く事があります。お子さんの目線に立っているんな発見を楽しんでみてはいかがでしょうか。

【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」
北播磨・丹波・但馬地域担当
子育て支援コーディネーター 藤原
〒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