

スキルアップ研修会

簡単おいしい！ぱぱっとおやつ

11月17日(金)にスキルアップ研修会を開催しました。今回は、市子育て健康課管理栄養士の菊池恵氏を講師にお招きし、幼児期に必要な栄養素を学び、幼児期の補食にもなる手作りおやつを調理実習しました。旬の大根を使った「だいこんもち」、豆乳で作る「きな粉のフレンチトースト」、市内保育所でも人気の「しらすボール」の3種類を作りました。

料理に慣れた会員さんたちは、手際がよくて楽しくおしゃべりをしながらあっという間にできあがり！おあずかりの時に役に立つ栄養満点の簡単おやつに参加者のみなさんも大満足でした。



「おやつは大事な心の栄養素」と語る菊池恵さん(東根市子育て健康課管理栄養士)



材料(4人分:8個)

- 大根 200g
- 白玉粉 100g
- ごま油 大さじ1
- 【A】
- しょうゆ 大さじ2
- 砂糖 小さじ2
- 焼きのり 適宜



だいこんもち

作り方

- ①大根は皮をむき、すりおろす。汁ごとボウルに入れる。
- ②①に白玉粉を少しずつ加えてよく練る。
- ポイント 水でぬらした指先で整えると作りやすい。
- ③器に【A】を合わせておく。焼きのりを切る。
- ④フライパンにごま油を熱し、薄い小判型にした②を並べ、弱～中火で3分焼く。
- ⑤④を③につけ、焼きのりを巻いていただく。



協力会員募集!

ファミ・サポでは子どものおあずかりや習い事の送迎など、子育てのサポートをしてくれる協力会員を募集しています。市内在住で子どもが好きな方、子育てのサポートをしてみたい方はファミ・サポまでお問合せください。資格・経験は問いませんが、ファミ・サポ主催の研修会を受講後の活動となります。

東根市さくらんぼtantokuruセンター

利用時間 9:00～18:30
 休館日 毎月第2水曜日、1月1日
 WEB <http://www.tantokuru.jp>
 〒999-3796 山形県東根市中央1丁目5番1号
 TEL 0237-43-1155 FAX 0237-41-2232

- 子育て支援センター
TEL 0237-43-0731
- ファミリー・サポート・センター
FAX 0237-43-0732
メール popotan@tantokuru.jp
- 遊びセンター(けやきホール)
TEL 0237-43-0733

みんなでぎゅ!

さくらんぼtantokuruセンターには、子育て支援センター、ファミリー・サポート・センター、遊びセンター(けやきホール)の子育て3(SUN)センターがあります。各センターが太陽(SUN)のようにあたたかく子どもたちの成長を見守っています。「みんなでぎゅ!」は3(SUN)センターとみなさんをつなぐ通信です。



子育て支援センター

育児講座

ベビーマッサージ

子育て支援センターでは、親育ち、子育てを目的とした育児講座を開催しています。

10月26日(木)は「ベビーマッサージ」。今回はクリエイティブがしねのスタッフで保育士でありベビーマッサージインストラクターの庄司美保子が担当しました。マッサージはスキンシップのひとつ。ママの温かい手で赤ちゃんの肌に優しく触れあうことで愛情ホルモンが心と身体からあふれだし、安心感や成長のパワーにつながっていきます。また、大腸の調子を整えたり、自己免疫を高めてくれる効果もあり赤ちゃんの発達にいいことづくしですよ!



ベビーマッサージインストラクター 庄司美保子(クリエイティブがしね)



cafe

マッサージ後にカフェも開催しました。はじめて会ったママ同士ですが、赤ちゃんの様子などをおしゃべりしながらリフレッシュタイム。みんなの笑顔の輪が広がっていましたよ♡

同じ月齢のお母さんとお話出来て嬉しかったです。赤ちゃんサロンにも是非来てみたいと思います。ベビーマッサージ、是非また開催してください。Mさん



わかりやすい説明で私も楽しく参加できました。子どもも気持ちよかったです。とてもよかったです。Aさん



けやきホール

11月12日(日)
開催

みんなの熱気につつまれたけやきホール

大人も子供も
楽しめる場

けやき大うんどうかい



ほら、もうすこしだ!!

ハイハイレース

みんなの大声援を受けて赤ちゃんたちがハイハイでヨーイドン!!
みんなの注目にはずかしくなったり、声援にびっくりして途中で止まったり、泣いちゃったり...。でも赤ちゃんのペースでゴールまで頑張りましたよ。
最後にたくさん応援してくれたお兄ちゃんお姉ちゃんもハイハイレースに挑戦!!
ス々のハイハイ!! でもさすがに早いね!!



ゴール!
がんばった
がんばった!!

たま入れ

来館者のみなさんが新聞紙をまるめて作ってくれた玉を使って玉入れ競争!
年齢や性別でチーム分けし、制限時間内に受け箱に投げ入れた数を競い合いました。
2歳~大人まで幅広い年齢の方に参加いただき、子どもたちはもちろん、パパ、ママ、おじいちゃん、おばあちゃん、みんなでお楽しみことができました。



もうすぐママのところに到着~



赤ちゃんの頃を思い出しハイハイ



ソーレ♪ ソーレ♪



数えるよ~ 1、2、3...

参加者の声

voice

- 子供も大人も一生懸命な姿を見て良かったです。 Yさん
- 楽しく参加できました。ありがとうございました。 Mさん
- また来てみたいです。来年も楽しみにしています。 Aさん

リレー

エントリーした3歳~小学6年生までの子どもたちを年齢別によ~いドン!! 136メートルのスロープを駆け抜けました。1回だけではもの足りない!! もっと走りたい!! という小学生がたくさんいて汗だくになりながら笑顔で何度も走る姿がとても印象的でした。



ぼくらのけやきロードだ!
走るよ 走るよ

よーい、ドン! 負けないぞ!!



いくぞ! ラストスパート!!

パパママスタッフ

今回運動会を開催するにあたり、いつもけやきホールを利用してくださっているパパとママに「パパ・ママスタッフ」としてご協力いただきました。運動会前の打合せにはじまり、子どもたちの誘導や、各競技のサポートと、私たちと共に運動会を盛り上げていただきました。一緒に素晴らしい運動会をつくっていただき本当にありがとうございました。



けやきホールワーキングリーダー 板坂 諭