



ほのぼのたより

四天王寺悲田院 地域子育て支援センター ほのぼ

1月カレンダー



〒583-0868

羽曳野市学園前 6-1-1

電話 072-957-7517

Fax 072-950-3457

日	月	火	水	木	金	土
			1日	2日	3日	4日
5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
		あそぼう広場 10:00~11:00			あそぼう広場 10:00~11:00	
12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
	成人の日 	あそぼう広場 10:00~11:00	0歳サロン 10:30~11:30 13:30~14:30 こども園2階		あそぼう広場 リズム 10:00~11:00	
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
2月分 申し込み 開始日 13:00~	赤ちゃん広場 10:00~11:30 13:30~14:30 こども園2階	あそぼう広場 10:00~11:00	1歳親子教室 10:30~11:30 こども園2階		あそぼう広場 おえかき 10:00~11:00	
26日	27日	28日	29日	30日	31日	
	赤ちゃん広場 10:00~11:30 13:30~14:30 こども園2階	あそぼう広場 10:00~11:00	2~3歳親子教室 10:30~11:30 こども園2階	絵本講座 10:30~11:30 こども園2階	すこやか広場 (MOMOプラザ) 10:30~11:30 あそぼう広場 10:00~11:00	

★ご利用にあたって 室内、室外にかかわらずお子さん、保護者の方も汚れていい服装でお越しください。また**帽子**、**お茶を持参**してくださいね。



2月の予定

サロン名	0歳サロン	1歳親子教室	2~3歳親子教室	すこやか広場
日時	2月12日(水)	2月19日(水)	2月26日(水)	2月21日(金)
	①10:30~11:30	10:30~11:30	10:30~11:30	10:30~11:30
	②13:30~14:30	こども園2階	こども園2階	MOMOプラザ
場所	こども園2階			
赤ちゃん広場				
日時・場所	2月3日(月)・17日(月)		①10:00~11:30	こども園2階
			②13:30~14:30	

※0歳サロン、赤ちゃん広場は午前・午後と分かれて行いますが、内容は同じです。

ご予約の際に参加の時間を指定ください。

1月のうた ♪ゆき



ゆきや こんこ
 あられや こんこ
 ふっては ふっては ずんずんつもる
 やまも のはらも わたぼうし かぶり
 かれき のこらず はなが さく

ゆきや こんこ
 あられや こんこ
 ふっては ふっては まだふりやまぬ
 いぬは よろこび にわけまわり
 ねこは こたつで まるくなる



0歳ぶくぶくサロン

要予約

日時：1月15日(水)

- ① 10:30~11:30
- ② 13:30~14:30

場所：こども園2階保育室

内容：身体計測 ごあいさつ
 ふれあい遊び
 おはなしなど 製作(節分飾り)



1歳親子教室

要予約

日時：1月22日(水)

10:30~11:30

場所：こども園2階保育室

内容：ごあいさつ

季節の歌、ふれあい遊び

おはなしなど

製作(節分おめん)



2~3歳親子教室

要予約

日時：1月29日(水)

10:30~11:30

場所：こども園2階保育室

内容：ごあいさつ

季節の歌、体操 おはなし

製作(節分おめん)



赤ちゃん広場

予約不要

日時：1月20日(月)・27日(月)

① 10:30~11:30

② 13:30~14:30

場所：こども園2階保育室

対象：0歳児未満児

☆ねんねの赤ちゃんも、ハイハイの赤ちゃんも、保護者の皆さんとゆったりと過ごせる広場です。



すこやか広場

要予約

日時：1月31日(金) 10:30~11:30(10:25開場)

場所：MOMOプラザ(羽曳が丘コミュニティーセンター)

交通：近鉄バス(最寄停留所：羽曳が丘西2丁目下車すぐ)

※車は会場の駐車場に駐車可能(お近くの方はできるだけ徒歩か自転車でお越しください)

内容：季節にあった手遊び、うた お誕生会 節分(おにの帽子) おはなしなど



あそぼう広場

予約不要

開催日時：毎週 火曜日・金曜日 10:00 ~ 11:00 (9時55分開場)

場所：四天王寺悲田院こども園 園庭

天候不良等の場合は2階保育室もしくは研徳田ホール

対象：就学前のお子さまと保護者

内容：10:00~ 園庭での自由あそび(雨天は、巧技台、室内のおもちゃなど)

10:50~ 手あそび・絵本や紙芝居などの読み聞かせ

お絵描き 1月24日(金)へびの凧

リズム 1月17日(金)ホール内でピアノの音楽に合わせてリズムあそび



☕ コップ飲みを進めるには? 🍵

上唇をしっかり使う「すすり飲み」や「コップ飲み」は、食べる時の口や舌の動かし方につながるため、お口を閉じてきちんと噛んで食べる習慣をつけるための大事なステップです。とはいえ、コップ飲みを進めるにはどのようにするべきか、戸惑ってしまう方も多いのではないのでしょうか。適切な時期であっても、初めのうちは口にうまく取り込めなかったり、こぼしたりします。経験を積み重ねることで上手に飲めるようになっていきますので、様子を見ながら楽しく進めて下さいね。

----- コップ飲みの進め方 -----

① スプーンですすり飲み

(7～8カ月ごろから)

下唇の中央にスプーンをのせる



スプーンは真横にする

スプーンを少し傾ける

→すすり飲みできるようになったら、
上唇を閉じてすするのを待つ

② コップで飲む

(9カ月～1歳半ごろから)

唇でコップのふちをはさませる



あごが上がらないように
コップを傾ける

コップには
少量の飲み物を入れる

※離乳食を始める時期や進め方がゆっくりめな場合などは目安の時期からずれることがあります。焦らずに個々のペースに合わせる事が重要です。スプーンを近づけるとタイミングよく口を開けて食べてくれるようになっていることがコップを始める1つの目安です。初めは大人がコップを傾ける角度を調節します。コップは少し傾げるだけで飲み物が口に入る浅い物や小さめの物が使いやすいようです。写真(右側)では哺乳瓶のフタで代用しています。(半透明なので口の動きが見えやすいです)

🥕 だいこんの簡単レシピ 🥕

だいこんのそぼろ煮 (4人分)

(材料) 鶏挽肉: 100g 大根: 600g 人参: 50g 水: 適宜

砂糖: 小さじ1 醤油: 大さじ1 水溶き片栗粉・片栗粉: 小さじ1 水: 小さじ2

(作り方)

- ① 大根と人参は厚さ1cmのちょう切りにする。(大根の葉を小さく切ってもOK)
- ② 大根と人参がかぶるくらいに水を入れて火にかける
- ③ 沸騰したら鶏挽肉を入れてよく混ぜながら火を通す。
- ④ 野菜が柔らかくなったら砂糖と醤油を加える。
- ⑤ 仕上げに水溶き片栗粉を加えてとろみをつけたらできあがり。

だいこんサラダ (4人分)

(材料) 大根: 250g 人参: 中1/2本 (80g) きゅうり: 1/2本 (50g)

ハム: 2枚 コーン缶: 30g マヨネーズ: 30g 炒りゴマ: 小さじ1

(作り方)

- ① 大根、人参、ハムは千切りにする。きゅうりは縦半分にして斜め切りにする。
- ② 大根、きゅうり、人参、ハムはそれぞれ茹でて水で冷やした後に絞る
- ③ すべての材料を混ぜ合わせて、できあがり





新年あけましておめでとうございます。

旧年中はたくさんの方にご利用いただきありがとうございました。

今年も支援センターでたくさんの方の笑顔と成長をみせてくれることを心より楽しみにしています。

よろしく願い申し上げます。



講座のお知らせ♪

1月絵本講座



絵本をもっと身近に感じ、絵本を通してお子様との触れ合い、一緒に絵本を楽しんでみませんか？

日時： 1月30日（木）10:30～11:30

対象： 0歳児・1歳児対象

場所： 悲田院こども園 園舎2階

定員： 10名(要予約)

講師： 高崎 由紀子 さん【小学校教諭の経験を経て、現在は図書館や小学校で絵本を届け、羽曳が丘児童文庫で30年間活動をされています。】



2月離乳食講座



～離乳食から乳児食に向けて～

進め方や形状など疑問や不安はありませんか？講座では実際に園で提供される離乳食を試食していただきます。

日時： 2月14日（金）10:30～11:30

対象： 離乳食開始前、離乳食をはじめているお子様の保護者

場所： 悲田院こども園 園舎2階

定員： 10名(要予約) ※1/20(月)13:00～予約開始

参加費： 100円



写真は前回の離乳食講座の様子です



12月親子クッキングを行いました！

12月の講座では親子クッキングを行いました。エプロンを嬉しそうに身に付け、親子で力を合わせて「豚汁」「おにぎり」を作りました。手で野菜をちぎったり、型抜きでくり抜いたり、ステーキナイフで切ったりと楽しい工程がたくさん！どれも夢中で楽しんでいましたよ。おいしい豚汁とおにぎりが完成するとぺろりと完食していました。



募集中!

サークルを作ってみませんか？

お父さん・お母さんがお喋りしたり、お子様同士が安心して遊べる場所を提供させていただきます。

サロンや親子教室、あそぼう広場が終わってからも場所の提供をさせていただきますので、お子様が遊び足りない、まだまだお母さん同士で話したい方は3組以上からサークルを作れますので、ご興味がある方はお問い合わせ下さいね！

場所は「こども園 園舎2階」「研徳田ホール」を提供させていただきます。

