



子育て通信



自分で育てた野菜はおいしいなあ～
 次はじゃがいもがまってるぞ～！

なるたき保育園の春は、新玉ねぎの収穫からスタート。毎年たくさんの野菜を作っていて待ち遠し春の訪れです！

すこやか子育て相談

松えんキッズ
 山月町 ☎20-0351
 事前予約受付(木・日・祝日休)
 午前9時半～午後5時



旭小学校前
 おやこの森
 ☎33-0204
 午前7時～午後6時

恒富保育所
 子育て支援室
 ☎22-9470
 午前8時半～午後5時

日・祝日はお休みです

おはこを親子で読んで

まって

作:アントワネット・ポータイス
 訳:椎名かおる
 出版:あすなろ書房



お母さんに手をひかれて歩く男の子は目に映るものに興味津々！急いでほしいお母さんに「まって」という男の子が見つけたものは…。忙しい日々の中で、ちょっとだけ「まって」みるのもいいなと思える絵本です。●絵本紹介:延岡市立図書館 司書 橋口美里さん



延岡市立 恒富保育所
 保育士 河野 優花さん

恒富保育所で働き始めて2年目になります。「せんせい、あのね！」と、自分の好きなことなどをたくさん話してくれる4歳児の子どもたちと一緒に、戸外でたくさん遊び、毎日を楽しんでいます。

子どもたちの成長を見守りながら、保育所での生活が楽しめるような色々な遊びを取り入れていきたいと思っています。

児童館で遊ぼう！

幼児から高校生まで登録して活用できます
 児童館は赤ちゃんから高校生まで自由に遊べます。午前中は乳幼児対象の遊びを行っています。午後は学童の放課後の遊びや宿題の時間を組んでいます。健全育成の場として幅広くご活用ください。

旭児童館 中川原町 ☎32-6690	こばと児童館 大武町 ☎35-3772	なかしま児童館 中島町 ☎21-5169	ひかり児童館 北浦町 ☎45-2492
ゆりかご児童館 大貫町 ☎35-1948	緑ヶ丘児童館 緑ヶ丘 ☎26-1774	山下児童館 山下町 ☎21-2627	

すこやかネットワーク

「森のキッチンハウス」オープンに向けて

NPO法人自立生活支援
 延岡ほほえみの会 理事長
 塩月 雅代 さん

私たち「延岡ほほえみの会」は2020年より「地域の誰もが安心して暮らせる街づくり」をテーマに主に住まいに関する伴走型の支援活動を行っている団体です。

以前からおやこの森には度々足を運ばせていただきましたが、最近子ども達にも顔を覚えてもらえ、いつも行く子ども達が笑顔で私に駆け寄ってくれる姿にほっこりさせてもらっています。

今回、おやこの森を利用する子ども達に地元の美味しい食材を使った美味しいごはんを作って食べてもらいたい！という思いで「森のキッチンハウス」プロジェクトを立ち上げ、多くの方にお力添えしていただき、ようやくおやこの森の隣りにオープンまであとわずかとなりました。心より感謝申し上げます。

スタッフみんなで「子ども達は何が好きかな?」「これも食べて欲しいね」と話しながら、子ども達が喜んで料理を食べしてくれる姿を想像して準備を進めています。キッチンハウスを通して「食べる」ことの大切さを伝え、地域みんなで子育てに取り組めるもう一つの場所になれることを願っています。
 ※伴走型支援とは、深刻化する「社会的孤立」に対応するため「つながり続けること」を目的とした支援「孤立しない社会の創造」を目指す活動。

離乳食(後期)

9～11カ月の赤ちゃん

つくね 鉄分

作り方 ※たまご不使用のつくね

1. 小松菜を3等分にし、ラップに包みレンジで2分加熱する
2. ひじきは水でもどしておき小松菜とひじきを粗みじん切りにする
3. 材料を全て入れよく混ぜ合わせる
4. 肉だねをスプーンですくってフライパンにのせフタをして蒸し焼きにする
5. 両面をしっかり焼いたら完成!

材料 [18個分]

- 鶏もも肉 200g
- 豆腐 80g
- 小松菜 100g
- 乾ひじき 1.5g
- 片栗粉 大匙2

手軽にできます

ひとりで悩まないで ☎お電話待ってます

- 家族・夫婦・恋人・DV・性 ☎0985-60-1822 宮崎県男女共同参画センター
- 妊娠SOSホットライン ☎0800-222-8852 ワン&オンリーいのちの会
- 借金問題 ☎0982-26-0111 延岡男女共同参画センター

あのね! 毎週、保育園から見えぬゴミ収集車の中を回収するのを見たいという声もたくさん聞かれました。この声援を送る子どもたちもたくさんいます。この声援を送る子どもたちもたくさんいます。