



のびのびひろば

開催日 毎週 火・水・金曜日
時間 9:30~14:30
場所 みなみ保育園

保育園の子育て支援室を開放しています。
子育て仲間を誘ってゆったり過ごしてくださいね。
室内のおもちゃは自由に使えます。

旬の野菜

新たまねぎ、春キャベツ、たらめうど、たけのこ、いちご、まだいたちうお、にしん、わかめ

冬の間にエネルギーを蓄えた「芽」や「根」には、栄養がいっぱい！

季節のレシピ

お花のシューマイ

- 材料
豚ひき肉...250g 酒...小さじ2
タマネギ...1/2個 ゴマ油...小さじ1
塩...少々 片栗粉A...大さじ1と1/2
こしょう...少々 魚肉ソーセージ...1本
卵白...1個 冷凍ホールコーン...15g
片栗粉B...小さじ2

- 作り方
①タマネギはみじん切りにし、軽く炒めて冷ましておく。
②タマネギと豚ひき肉、調味料、卵白、片栗粉Aを粘りが出るまで混ぜる。
③②を1個40gくらいに丸め、ハケで水とき片栗粉Bを塗り、3mmくらいの輪切りにしたソーセージを周りに3~4枚花びらのように貼りつけ、中心にコーンを飾る。
④湯気のあがった蒸し器に③をくつつかないように並べ、中火~強火で15分蒸す(蒸し器により時間を調整)。
●調理ポイント
表面に片栗粉をそのままハケで塗ること、照りが出ます。

ご入園・ご進級おめでとうございます

令和6年度のスタートです。暖かい日が増えて過ごしやすくなりますが、新しい環境は子どもたちには意外と負担になるものです。いつもより子どもたちの様子に気を付けて見守ってあげてください。

子育てサークルのご案内

サークルが初めての方に おすすめ

わかばサークル (折多地区集会施設)

楽しい親子あそびの場です。
お気軽にお越しください。

すこやか子育て支援センター 75-0177(おりた保育園)
のびのび子育て支援センター 79-3039(市役所こども保健課)

初めての育児におすすめ

~1歳未満~
たまびよサークル (西目地区集会施設)

1歳未満におすすめ

ひよこサークル (折多地区集会施設)

未就園児におすすめ

こあらサークル (脇本保育園)

未就園児におすすめ

カンガルーサークル (牧内農村環境改善センター)



子どもとスキンシップ♪
「ロケット発射！」

★体を預ける遊びを楽しみ、信頼関係を深めます。

遊び方
仰向けになったママの膝の上のり、ロケットになって遊びます。脚を上げ下げしてもらったり、前後に動かしてもらったり。空を飛ぶ気分がすてき！年齢を超えて人気のある遊びです。

ポイント「イメージを広げる！」
「何がみえる?」「海の上だよ」「〇〇が見えるね」などと言葉をかけて楽しく遊びましょう。

新年度、こんなサインに 注意

新入園のお子さんはもちろん、新しいクラスに進級したお子さんも、新しい環境でがんばっています。新年度は子どもも、体や心の疲れがたまりやすい時期です。心の不調が体に出ることもあるので、元気のないときは無理をさせないよう注意してください。しっかり受け止めてもらったという安心感が、心を安定させます。



こんなときは……

- きげんがよくない
●朝、ぐずって「行きたくない」と言う
●体調が悪い

お子さんを受け止めて

- たくさんスキンシップをとる
●がんばったことをたくさん褒める
●よく話を聞く

おすすめの絵本

おねぼうさんは だあれ?

作: 片山 令子 絵: あずみ虫
出版社: Gakken



「おきておきて、もうはるよ」うさぎのミナちゃん、冬ごもりから起きてこない友だちを起こしに出かけます。でも誰もなかなか目を覚ましません。そこで、いいにおいの花束を枕元へおいていくと、やがて友だちも花のにおいに気づいて…。春の訪れを温かい筆致で描いた絵本です。読んであげるなら3歳から、ひとりで読むなら小学低学年から。

はなを くんくん

作: ルース・クラウス
絵: マーク・シーモント
訳: きじま はじめ
出版社: 福音館書店



冬の森の中、雪の下で動物たちは冬眠をしています。野ねずみも、くまも、小さなかたつむりも……。でも、とつぜんみんなは目をさました。はなをくんくんにさせています。みんなはなをくんくんにさせながら、雪の中をかけていきます。みんなとまって、笑って、踊りだしました。「ゆきのなかにはおはながひとつさいてるぞ！」やわらかいタッチの美しい絵と、詩のような文で、自然の摂理と喜びをやさしく子どもに語りかけます。

気候も暖かくなってきて、少しずつ春が近づいてきているのを感じます。新年度は体も心も緊張してこぼれちゃってしまいがちですが、気を張りすぎず、おおらかな気持ちで4月を乗り越えていければいいのかなと思います。そのためにも、早寝早起きやバランスの良い食事などを心掛け、生活リズムを整えていくことを大事にしていきたいですね。