



四天王寺悲田院 地域子育て支援センター ほのぼ

〒583-0868 羽曳野市学園前 6-1-1  
 電話 072-957-7517 Fax 072-950-3457



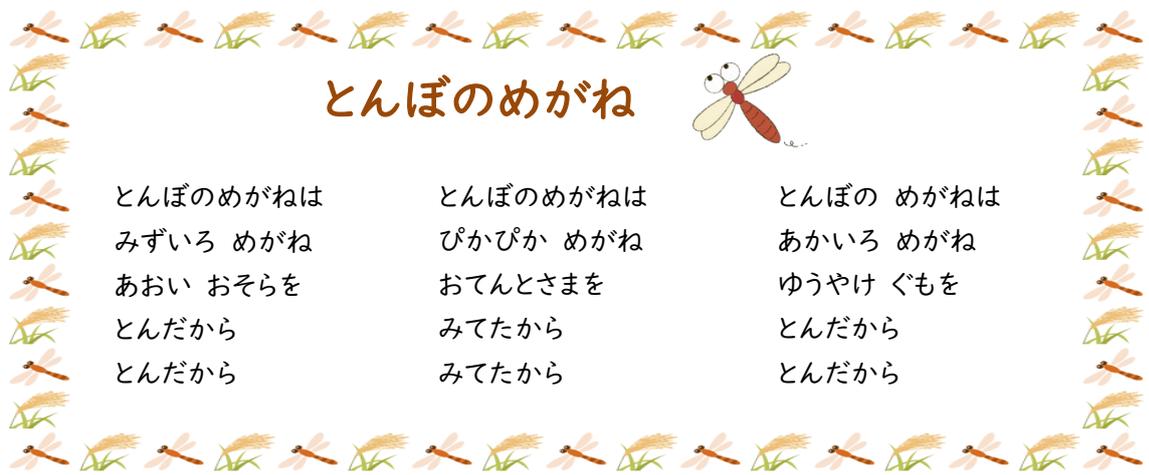
## 9月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
					1 あそぼう広場 10:00~11:00 こども園2階	2
3	4 0歳 赤ちゃん広場 (おはなし会) 10:00~11:00 こども園2階	5 あそぼう広場 10:00~11:00 こども園2階	6	7	8 あそぼう広場 10:00~11:00 デカルコマニー こども園2階	9
10	11 作ってあそぼう 10:30~11:30 こども園2階	12 あそぼう広場 10:00~11:00 こども園2階	13 0歳サロン 10:00~11:00 こども園2階	14	15 すこやか広場 10:30~11:30 MOMO プラザ	16
17	18	19 あそぼう広場 10:00~11:00 <b>10月予約開始</b>	20 1歳親子教室 10:30~11:30 こども園2階	21	22 あそぼう広場 10:00~11:00 <b>リズム</b>	23
24	25 0歳 赤ちゃん広場 10:00~11:00 こども園2階	26 あそぼう広場 10:00~11:00	27 2~3歳親子教室 (おはなし会) 10:30~11:30 研徳田ホール	28	29 あそぼう広場 10:00~11:00	30

もう少し暑い日が続きます。気候に合わせ 園庭あそび もしくは 室内あそびになります。  
 熱中症予防のため、ぼうしとお茶を持参してくださいね。

### 10月の予定

0才ぶくぶくサロン	1歳親子教室	2~3歳親子教室	すこやか広場 (MOMO)
10月11日(水) 悲田院こども園 10:30~11:30	10月18日(水) 悲田院こども園 10:30~11:30	10月25日(水) 悲田院こども園 10:30~11:30	10月20日(金) MOMO プラザ 10:30~11:30
<b>0歳赤ちゃん広場</b> 10月2日(月)・23日(月) 10:00~11:00 こども園2階保育室			



## とんぼのめがね



とんぼのめがねは  
みずいろ めがね  
あおい おそらを  
とんだから  
とんだから

とんぼのめがねは  
ぴかぴか めがね  
おてんとさまを  
みてたから  
みてたから

とんぼの めがねは  
あかいろ めがね  
ゆうやけ ぐもを  
とんだから  
とんだから

## あそぼう広場(園庭開放)でボディペイントをしました♪



おそるおそる  
絵の具を触って  
いたお子さんも

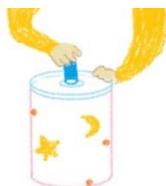
だんだん大胆になり、たくさん手  
を使ってお絵描きを楽しまれてい  
ました。最後には筆やローラーで  
もお絵描きし、素敵な作品が出来  
上がりました！



## 親子で作ってあそぼう

身近な廃材を使ってお子様が遊べるおもちゃを一緒に作ってみませんか？

- 日時 : 9月11日(月)
- 時間 : 10:30~11:30
- 対象 : 0.1歳児対象
- 場所 : 悲田院こども園 園舎2階
- 予約 : 8月28日(月) 13:00 受付スタート (072-957-7517)
- 定員 : 10組限定(先着順)



## 「手作りポットン落とし」を作ります♪



# 9月1日は防災の日です



いざという時のために、食料などの備えをしておきましょう。  
大規模な災害の発生時には、食料供給の減少が予想されるほか、水や保存性の高い食料品を中心に需要が一時的に集中し、品薄や売り切れ状態となることも考えられます。

常温で長期間保存が可能なものや、開封してすぐに食べられるものなどが便利です。  
今できる備えをしておきましょう。

## ローリングストックで食べながら備える

ローリングストック法とは、回転させながらストックしておくこと。非常用に特別な食品ばかりを用意しなくても、日常の食品を多めに購入しておき、切らさずに買い足すということを繰り返して、常に新しい食品が備蓄されるという考え方です。



おかずやフルーツの缶詰  
※調理不要のものが便利



### 飲み物

※飲料水 1人1日当たり3ℓを3日分が必要  
※普段飲み慣れた物があると落ち着く

## 保存食品の参考例

カップ麺、即席麺  
乾麺（素麺など）



レトルトご飯やお粥、おかず  
※そのままでも食べられる物

レトルトや瓶の離乳食  
育児用ミルク



※紙コップは哺乳瓶の代用が可能



缶詰のビスケット、パン、  
ようかん  
ドライフルーツ



カップスープ、インスタント味噌汁  
※具沢山なものがおススメ



## 秋の食材を使った簡単レシピ

### 自家製なめたけ

（材料）

えのき：200g  
醤油：大さじ1と1/2  
みりん：大さじ1



（作り方）

- ① えのきは石づきを切り、1～2cm長さに切ってほぐす。
- ② 鍋に醤油、みりん、①のえのきを入れて混ぜ合わせておく。
- ③ えのきに調味料が全体にからまったら、中火にかける。
- ④ 焦がさないようによく混ぜながら加熱する。
- ⑤ 全体に火が通ったら、できあがり。

※離乳食完了期ごろからが目安ですが、茹でたほうれん草に調味料の代わりに和えたり、卵に混ぜて焼いて卵焼きにするなど、味付けが濃い分、少量ずつの使用をおすすめします。

清潔な瓶の中に入れ、冷蔵庫で10日くらい保存できますが、お早目にお召し上がり下さい。

### 卵を使わないさつまいもプリン

（材料）1～2個分

さつまいも：50g  
牛乳：100ml  
ゼラチン：1.5g  
（カラメルソース）  
砂糖：小さじ1  
水：小さじ1/2  
追加の水：小さじ1/2



（作り方）

- ① さつまいもは加熱し、皮をむいてつぶす。
- ② ①のさつまいもと半量の牛乳をフードプロセッサーに入れてまわし、一度裏ごす。
- ③ 鍋に残りの牛乳を温めゼラチンを溶かす。溶けたら2と合わせてカップに入れ、冷蔵庫で冷やし固める。
- ④ カラメルソースを作る。鍋に砂糖と水を入れて中火にかける。大きな泡が出てきて茶色になったら火をとめて追加の水を加えて混ぜる。  
※水を一気に加えると熱いカラメルがはねることがあるのでご注意ください
- ⑤ 冷えて固まったプリンに、カラメルソースをかけてできあがり。

## あそぼう広場

予約不要

開催日 毎週 火曜日 ・ 金曜日  
 時間 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 または  
 こども園2階保育室  
 対象 就学前のお子さまと保護者  
 内容 10:00~ 室内で自由あそび  
 または、園庭あそび

10:50~ 手あそび・季節の歌・絵本や紙芝居などの読み聞かせ  
 9月 8日(金) デカルコマニー 汚れてもいい服装でお越しください

9月22日(金) ホール内でピアノの音楽に合わせてリズムあそび

気温や天候により場所が変更になる場合があります。こども園前の掲示板をご確認ください。



デカルコマニー

## 0歳ぷくぷくサロン

要予約

日時 9月13日(水)  
 10:30~11:30  
 場所 こども園2階保育室  
 内容 身体計測  
 ふれあい遊び  
 お月見うさぎ(足型)  
 製作  
 おはなし  
 など



## 1歳親子教室

要予約

日時 9月20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・ふれあい遊び  
 タンポで  
 お絵描き  
 持ち物: 水筒  
 汚れてもいい服装で来てね♪



## 2~3歳親子教室

要予約

日時 9月27日(水)  
 10:30~11:30  
 場所 研徳田ホール  
 内容 ごあいさつ・季節の歌  
 体操・ふれあい遊び  
 寒天あそび  
 よごれてもいい  
 服装で来てね



## すこやか広場

要予約

日時 9月15日(金) 10:30~11:30  
 場所 MOMOプラザ(羽曳が丘コミュニティーセンター2F)  
 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(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、ミニ運動会、おはなしを予定



## 赤ちゃん広場

予約不要

日時 9月4日(月)・25日(月)  
 10:00~11:00  
 場所 悲田院こども園  
 2階保育室  
 対象 0歳児未満児 (絵本の部屋文庫さんによる読み聞かせ)  
 なんねの赤ちゃんも、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

