

ほのぼのたより

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

四天王寺悲田院 地域子育て支援センター ほのぼ

9月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日	4日	5日	6日
		あそぼう広場 10:00～11:00			あそぼう広場 10:00～11:00	
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
	赤ちゃん広場 10:30～11:30 13:30～14:30 こども園2階	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	
14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
	敬老の日	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	
21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日
10月分 申し込み 開始日	赤ちゃん広場 10:30～11:30 13:30～14:30 こども園2階	秋分の日	2～3歳親子教室 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	
28日	29日	30日				
	講座 「親子クッキング」 10:30～11:30	あそぼう広場 10:00～11:00				

★ご利用にあたってお子さん、保護者の方も汚れても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。



10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	10月15日(水)	10月22日(水)	10月29日(水)	10月31日(金)
	①10:30～11:30	10:30～11:30	10:30～11:30	10:30～11:30
	②13:30～14:30			
場所	こども園2階	こども園2階	こども園2階	MOMOプラザ
赤ちゃん広場				
日時・場所	10月6日(月)・20日(月)		①10:30～11:30	こども園2階
			②13:30～14:30	

「あそぼう広場」

お子さんの年齢に関係なく
遊びに来ていただけます♪

開催日時：毎週火曜日・金曜日 10：00～11：00（9時55分開場）

場所：こども園2階保育室 または研徳田ホール

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）

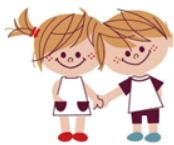
10：50～ 手あそび・絵本や紙芝居などの読み聞かせ

9月12日（金） リズム遊び ホール内でピアノの音楽に合わせてリズムあそび

9月19日（金） 絵の具でスタンプ遊び ※汚れてもいい服装でお越しくださいね

★各自で帽子、水筒をご持参くださいね

★天気や気温によって園庭で遊びます



サロン、親子教室等ご予約後にご参加くださいね。

0歳ぶくぶくサロン

要予約

日時：9月10日（水）

10：30～11：30

13：30～14：30

場所：こども園2階保育室

内容：ごあいさつ ふれあい遊び

おはなし 身体計測など

お月見うさぎ飾り



1歳親子教室

要予約

日時：9月17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

かくれんぼうさぎ

ふれあい遊び

おはなし



2～3歳親子教室

要予約

日時：9月24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

変身とんぼのメガネ



赤ちゃん広場 **予約不要**

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。

保育士もいますので、子育ての悩みや相談などお気軽に声を掛けて下さい。毎月足型を取ったり、身長と体重の計測、絵本などのお話やふれあい遊びなどもしています。

日時：9月8日（月）・22日（月） ①10:30～11:30 ②13:30～14:30

場所：こども園2階保育室

対象：0、1歳児

☆お気軽に遊びに来てくださいね！☆



すこやか広場 **要予約**

日時：9月26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 おまつりごっこ おはなしを予定



離乳食を楽しくすすめよう♪（中期）🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸

毎日の離乳食は楽しい時間になっていますか？「進め方通りにしなくては」と頑張りすぎないで焦らずに進めましょう。離乳期では、急に食欲が落ちたり偏食が見られたりすることもあります。元気であれば心配ないことも多いです。楽しい雰囲気の中で食べる様子を見守ってあげて下さいね。

1日1回から2回への目安は？

- ・離乳食を始めてから1カ月程度経っている
- ・ペースト状のものを唇を閉じて上手に飲み込むことができる。
- ・おかずとお粥を合わせて10さじ、子どもの茶わんに半分以上食べることができる。



注意すること

- ・離乳食中期は、舌と上あごを使って「もぐもぐ」と色々な素材や味・舌触りなどを楽しめるように、食品の種類を増やす。
- ・1回の食事にかゆ、野菜料理、たんぱく質が豊富な食品（豆腐、魚や卵黄を使った料理）を組み合わせる。白身魚（たらやすずき）などから赤身の魚（かつおやまぐろ）などへ、魚の種類を増やす。家族の食事を利用すると、献立に変化が出る。

調理のポイント

- ・野菜類は舌でつぶせるくらいの固さ（豆腐くらい）に茹でてつぶしたり、みじん切りにする。
- ・食品のもつ味を生かしながろうすあじにする。
- ・葉物野菜は、葉先を茹で、水にさらしてあくを抜き、みじん切りにしてだしでのばす。
- ・肉類は脂肪の少ない鶏肉（ささみなど）を使う。茹でた後、皮を除き、身を細かくほぐし、だしでなめらかにのばす。

離乳食レシピ（中期）🥕🥕🥕🥕🥕🥕🥕🥕🥕🥕🥕🥕🥕🥕🥕🥕

パンがゆ

（材料）

食パン：15g
野菜スープ：50ml
又はミルク



（作り方）

- 1 食パンは耳をとって細かくちぎる。
- 2 鍋に野菜スープ（又はミルク）とパンを入れ、加熱してふやけたら火を止めて粗熱をとってできあがり。



ヨーグルトサラダ



（材料）

ブロッコリー：20g
にんじん：5g
プレーンヨーグルト：10g

（作り方）

- 1 ブロッコリーと人参は柔らかく茹でてつぶす。
- 2 プレーンヨーグルトで和えてできあがり。





講座のお知らせ

月ごとに様々な講座を予定しています。
ご興味のある講座にぜひご参加くださいね！

9月講座 「親子クッキング」



～秋のお弁当作り～

秋はお出かけにぴったりの季節♪
お弁当を持って近くの公園へ行くだけで
ピクニック気分♪
親子でお弁当作りに挑戦！季節を感じら
れるようなデコレーションを親子で楽し
みながらお弁当を作ってみませんか？



日時：9月29日（月）10:30～11:30
対象：1歳半～3歳児対象
場所：悲田院こども園 園舎2階
定員：8組（要予約）
持ち物：エプロン・三角巾・マスク
（参加される方全員ご持参ください）
参加費：100円

絵本の紹介



「おしくらまんじゅう」
かがくいひろし



そ～れ おしくらまんじゅう♪



こどもたちが大好きな絵本「だるまさん」シリーズと同じ作者による絵本「おしくらまんじゅう」いたずらな紅白おまんじゅうが、こんにゃくやなっとう、ゆうれいなどが次々に登場して一緒におしくらまんじゅう♪軽快なリズムに合わせておしくらまんじゅうをし、押されたあとのリアクションも面白くて読みながら自然と笑ってしまう一冊です。

お子さんと一緒に体を動かしながら絵本タイムを楽しんでみてはいかがでしょうか？

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がしたい方は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。

支援センターでは、育児相談もしています。子育ての悩みやお母さん、お父さんの悩みなんでもお気軽にご相談ください。

お電話でも受け付けています。

受付時間：9時～16時

連絡先：悲田院こども園

（TEL 072-957-7517）



お知らせ

11月3日（祝・月）悲田院こども園にて「こどもカーニバルでんでん」を開催します。

時間：10時～14時（最終入場13時45分）雨天決行

★色々な遊べるブースを用意しております。ぜひ遊びに来てください。お待ちしております！