

日	月	火	水	木	金	土
1日	2日	3日	4日	5日	6日	7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			あそぼう広場 10:00～11:00	
8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
	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 10:00～11:00	建国記念日 		あそぼう広場 おえかき 10:00～11:00	
15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
3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	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	講座 「ママヨガ」 13:00～14:00	すこやか広場 (MOMOプラザ) 10:30～11:30 あそぼう広場 10:00～11:00	
22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
	天皇誕生日 	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		あそぼう広場 リズム 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。



3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	3月9日(月)	3月11日(水)	3月18日(水)	3月はお休みです
	①10：30～11：30	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	
	赤ちゃん広場			
日時・場所	3月2日・16日(月)		①10：30～11：30	こども園2階
			②13：30～14：30	

## 「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

2月13日（金） お絵描きであそぼう ※汚れてもいい服装でお越しくださいね

2月27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

★各自でくつや帽子、水筒をご持参くださいね

お子さんの年齢に関係なく  
遊びに来ていただけます♪



サロン、親子教室等は必ず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：2月9日(月)

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

うさぎのハート飾り



### 1歳親子教室

**要予約**

日時：2月18日(水)

10:30～11:30

場所：こども園2階

内容：ごあいさつ 季節の歌

凧製作・遊び

ふれあい遊び

おはなし



### 2～3歳親子教室

**要予約**

日時：2月25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 おはなし

凧製作・遊び



### 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：2月2日(月)・16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

☆予約は不要となっていますので、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：2月20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・歌 お誕生会 お別れ会 ゲーム遊び おはなしを予定

すこやか広場

3月はお休みです





## 好き嫌いの原因は・・・？



離乳食の完了期を過ぎてほぼ大人と同じ食事が食べられるようになっても、よく噛まない、食べてくれない、口にためるなど、食に関する心配ごとを抱えている方は少なくありません。

味覚の発達や自我が芽生えることで好き嫌いが出やすくなる子どもたちですが、硬さや大きさが原因で食べにくかったり、飲み込みにくいこともあるようです。そんな時は、食べる様子を見て、噛んだり飲み込めているか、確認してみてください。嫌いな食べ物ではなく、まだ食べられるようになっていないのかもかもしれません。

### 調理の工夫



まだ奥歯が生え揃わないうちは、大人と同じメニューでは食べにくいものもあるので、歯の生え方や噛む力に合わせて、柔らかく煮る、一度茹でてから炒める、とろみをつけるなどで食べやすくなります。また、大人がよく噛む姿を見せてあげましょう。食卓に出して見慣れることも大切で、一緒に食べる大人が美味しそうに食べているのを見ることで安心して食べることができる場合もあります。味付けや切り方を変えると食べることもあります。

#### パサパサする

(パン・ゆで卵・いも類など)

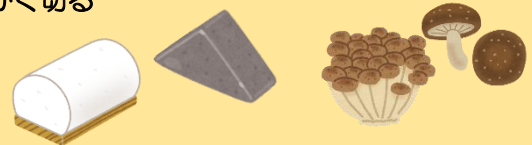
水分やとろみを足す



#### 弾力がある

(かまぼこ・こんにゃく・きのこなど)

細かく切る



#### 硬い

(かたまり肉など)

挽肉や薄切り肉を選び、すじをたたく。



#### パラパラする

(挽肉・ブロッコリーなど)

とろみをつける。つなぎを多く使う



#### ペラペラする

(レタス・わかめなど)

やわらかく加熱する・細かく刻む



#### 皮が口に残る

(豆・トマトなど)

薄皮を取り除く。やわらかくなるまで煮込む。



### 炒り豆腐



(材料) 大人 4 人分

木綿豆腐：300g	人参：1/4 本
玉ねぎ：1/4 個	干しひじき：10g
卵：1 個	鶏挽肉：100g
青ねぎ：1 本	サラダ油：大さじ1
砂糖：小さじ1	みりん：大さじ1
醤油：大さじ1	

(作り方)

1. 干しひじきは水で戻す。木綿豆腐は水をきっておく。
2. 人参、玉ねぎは短冊に切る。青ねぎは小口切りにする。
3. 鍋にサラダ油を熱し、鶏挽肉を炒め色が変わったら1で戻したひじきと人参、玉ねぎを加えて炒める。
4. 具材に火が通ったら木綿豆腐を手で崩しながら入れて、調味料で味付けする。
5. 溶き卵を回し入れ、青ねぎを加えてひと煮立ちしたら完成

※木綿豆腐は絹豆腐でも OK。具材は干し椎茸やしめじなどのきのこ類や、ささがきごぼうを入れても美味しいです。





## 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！

### 2月「リフレッシュヨガ」

日頃の育児等で凝り固まった身体をヨガでほぐしませんか？身体がスッキリ軽くなって、心も身体もリフレッシュできます。  
こども向きのふれあい遊びも行いますのでお子様と一緒にご参加くださいね！

日時：2月19日(月) 13時～14時  
対象：0歳～2歳のお子さんの保護者  
パパの参加も大歓迎です！  
場所：悲田院こども園2階  
定員：8名(要予約)  
※保育コーナーも設けます。



### 1月 1歳親子教室の様子♪



1月の1歳親子教室では、コマ作りを行いました。紙皿に丸シールをやキラキラシートなどを貼り親子で一緒に楽しみながら作られていました。指先を使うことも上手になってきて、どこに貼ろうかな～と考えながら貼る姿や親子でどんなデコレーションをしようかなと相談する様子が見られていました。

オリジナルのコマが完成するとにっこり笑顔の子どもたち。さっそく回してコマ回しを楽しんでいました。

1歳親子では毎月、指先を使って行う製作やお外あそびなどを行っています。ぜひ遊びに来てくださいね！

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で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、お父さんの悩み等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)