

かみもぐ 幼児のおやつ

～かみかみもぐもくしよう～

9月はサツマイモの美味しい季節です。サツマイモは、幼児にとって必要な炭水化物はもちろん、食物繊維も多い食材です。今回は、フライパンだけで作る大学芋を紹介します。手軽に作れるので、ぜひお試しください。

お手軽！

フライパンで作る大学芋

- 材料（1人あたり110kcal）
- サツマイモ……………50g
- サラダ油……………3g
- 砂糖……………5g



作り方

- ①サツマイモを洗って皮ごと乱切りにして、10分水につける。
- ②フライパンに油を入れ、砂糖を振り入れ、水気をとったサツマイモを並べる。
- ③ふたをして、弱火で12～15分じっくり加熱後、あめ色になった砂糖を全体に絡めて出来上がり。

サツマイモに竹串が通るまでは、フライパンの中をかき混ぜません。砂糖があめ色になるまでじっと我慢しましょう。
フッ素樹脂加工のフライパンがあれば焦げ付きにくいので、おすすめです！



子育て支援センター

ふれあい遊びや親子交流の場です。申し込みは不要ですので、お気軽にお越しください。

- ポトフのおなべ（あやの台チルドレンセンター内） ☎34-7870
開設日時 平日10:00～15:00
- このほっとルーム（神野々ふれあい会館内）… ☎32-9345
開設日時 平日10:00～12:00、12:30～15:30
※9月14日(水)午後・30日(金)午後は休み
- キオラクラブ（高野口こども園内）…………… ☎43-1305
開設日時 平日10:00～15:00
- さくらんぼルーム（すみだこども園内）… ☎33-1121
開設日時 平日9:00～14:00
- ひまわりルーム（応其こども園内）…………… ☎44-3322
開設日時 平日9:00～14:00
- カナカナクラブ（橋本こども園内）…………… ☎33-7070
開設日時 平日9:45～14:45
- ハッピールーム（学文路さつきこども園内）… ☎26-8669
開設日時 平日9:00～14:00

子ども館・児童館

子ども館・児童館は、0歳～18歳の子どもの保護者が利用できます。また、親子を対象とした各種教室やイベントを行なっています。

- 親子の憩いや集いの場として、気軽にご利用ください。
- きしかみ子ども館（岸上203）…………… ☎32-5094
- はらだ子ども館（原田239）…………… ☎33-0330
- 友愛児童館（高野口町伏原1068-2）… ☎42-5004
- 名古屋児童館（高野口町名古屋1190）… ☎42-5560
開館日時 火曜日～土曜日 9:00～17:00

9月で、一颯は5歳、斗希は1歳10カ月になります。
兄弟仲良しで、追いかけてこやボール遊びなど、いつも一緒に遊んでいます。一颯は、斗希にとっても優しく、ご飯を食べさせたり、着替える服を用意してくれたりします。
母が毎日のように家事を手伝いに来てくれますし、睡眠時間がとれているので、ストレスなく子育てができています。
自分が家事などで忙しくても、子どもがまわって欲しいようにして遊んであげて、できるだけ優しく接するよう心がけています。
パパは、休日に子どもたちを連れて、虫探しに行ったり、海へ貝殻やカニを捕りに行ったりしてくれまます。
橋本市は、近くに自然がいっぱいで、良い環境で子育てできていると感じています。
子どもたちは、困っている人には手を差し伸べられる優しい子に育って欲しいと思います。



住 所 三石台
マ マ 馬場 知寿さん
お 子 さ ん 一颯くん
斗希くん

「手話」を体験してみませんか 初級手話体験講座

日 10/5(水)・12(水) 時 19:45～20:45 場 教育文化会館 定 先着5人 費 無料 期 9/19(月)まで 他 小学生以下は保護者同伴でお願いします 申 問 手話サークル おやゆび 久保 ☎090-8143-3280

筆談で楽しく交流 中途失聴・難聴者交流の筆談会

日 9/17(土) 時 13:00～15:00 場 教育文化会館 対 文字でおしゃべりしたい人 費 無料 問 中途失聴・難聴者交流の筆談会 多田 ☎/ファクス36-0844

聞こえの悩みや心配ごと、私たちと話してみませんか 県中途失聴・難聴者協会橋本支部月例会

日 9/10(土) 時 13:00～15:00 場 教育文化会館 問 聞こえの悩みや心配ごとのある人 費 無料 問 県中途失聴・難聴者協会橋本支部 松山 ファクス33-1387

トーナメントのできるコースでゴルフをしませんか？ 楽しいジュニアゴルフ教室

日 10/9(日)・16(日)・23(日)、11/6(日)・13(日)・20(日)、12/4(日)・11(日) 時 15:30～ 場 橋本カントリークラブ 対 小中学生 定 先着6人 費 12,000円（全8回のボール代など） 期 9/22(木)まで 申 問 橋本市総合型地域スポーツクラブ協会 ☎25-8686

散歩感覚で体力づくりをしましょう！ パークゴルフ教室

日 9/18(日) 時 9:00～ 場 垣花パークゴルフ場（高野口町大野） 対 小学生から高齢者まで 定 先着30人 費 無料（貸クラブ、貸ボール有） 期 9/10(土)まで 申 問 橋本市パークゴルフ協会 藤原 ☎090-8884-6444

スクラップブック 家庭教育支援チーム ヘスティア主催講座

日 9/15(木) 時 10:00～12:00 場 教育文化会館 対 子育てに関わる人 定 先着15人 費 350円（材料費） 期 9/8(木)まで 申 問 事務局（家庭教育支援室内） ☎33-2129

①おもちゃで遊ぼう ②園庭開放 三石保育園の園開放「ブロッサム」

日 ①9/7(水)・14(水)・21(水)・28(水) ②9/2(金)・9(金)・16(金)・30(金) 時 ①10:00～11:00 ②11:00～12:00 対 未就園の親子 定 各日先着6組 費 無料 期 各日2日前から受付 場 申 問 三石保育園 ☎36-2220

良い妻、母、娘をやめてみる？ GEはしもとサピユイエ ほっとサロン

日 9/29(木) 時 14:00～15:30 場 教育文化会館 対 テーマに関心のある女性 定 先着15人 費 無料 期 9/28(木)まで 申 問 GEはしもとサピユイエ 松本 ☎080-6121-6167

可愛い保護猫の里親になってください！ 猫の譲渡会

日 9/24(土) 時 13:30～15:30 場 環境美化センター 費 譲渡時ワクチン代など必要 他 猫の参加は事前申し込みが必要。当日に猫を連れて帰れません。 問 土井 ☎090-3489-3505

応其上人ゆかりの地をめぐるませんか？ 第6回応其上人ウォーク

日 9/25(日) 時 集合9:00 場 JR高野口駅 集合 応其寺解散 対 小学生以上 定 先着20人 費 500円（運営協力費） 期 9/20(火)まで 他 小学生は保護者同伴 申 問 応其上人ウォーク実行委員会 ☎43-1001

楽しく歌ってストレス発散しませんか？ ピアノの生伴奏で懐かしの歌謡曲を歌おう

日 9/21(水) 時 13:30～14:30 場 教育文化会館 対 懐メロの好きな人 費 600円（運営協力費） 問 楽リズム 石橋 ☎080-9128-2578

故障したおもちゃ治します！ はしもとおもちゃ病院

日 9/10(土)・25(日) 時 9:00～12:00 場 教育文化会館 費 無料（部品代200円～300円かかる場合あり） 問 はしもとおもちゃ病院 柏木 ☎090-2505-7911

みついしこども園ってどんなところ？ Let's go!～園内探検をしよう～

日 9/7(水)・8(木) 時 10:00～11:00 対 未就園の親子、妊婦 費 無料 期 実施日前日まで 場 申 問 みついしこども園 ☎37-2236

保育園に遊びに来ませんか？ 香久の実保育園たまごクラブ

日 9/29(木) 時 9:30～11:00 対 未就園の親子 費 無料 期 9/28(木)まで 場 申 問 香久の実保育園 ☎43-1015

※11月号への掲載依頼の締め切りは9月26日(月)です。