



げんきっこ family

夏の号



おもな内容

- | | | | |
|-----|------------|---|-----------|
| 2~3 | 子育てサークルほか | 4 | 読書のページ |
| 5~7 | 夏のイベント情報ほか | 8 | かんたん☆朝ごはん |



6月17日子育てサークル「びよびよクラブ」は、恋野あじさい園にプチ遠足にでかけました。

色とりどりのあじさいがちょうど見ごろ。みんなの笑顔も満開ですね。



子育てサークル

子育てサークルは、未就園の子どもをもつ親子が、子どもの遊び場とお互いの交流のため行っている自主サークル活動です。子どもにとっては友達づくりの場となり、保護者にとっては子育ての不安や孤独感をやわらげる場にもなります。

ちゅうしやまのり
中將姫伝説が伝わる橋本市恋野地区「恋し野の里」にあるあじさい園では、梅雨の時期、約30種6千株のあじさいが咲き誇ります。

広い敷地には池や展望台も整備され、あじさいばかりでなく、四季を通じてさまざまな風景を楽しむことができます。



いっしょに遊べばもっと楽しい

子育てサークルはこんなことをしているよ！

はじめましての会 スキンシップ遊び リズム遊び お誕生日会 シャボン玉遊び
公園遊び、季節の遊び（七夕、水遊び、運動会、クリスマス会など）
簡単な工作 絵本の読み聞かせ 消防署見学 保健師さんの相談会などなど



インタビュー してみました！

サークルに入ったきっかけは？

- 先輩ママから誘われて
- 知り合いに誘ってもらって
- 母にすすめられて
- ベビーの会に入っていたので
- 引っ越してきて、近所に知り合いがいなかったから
- 知り合いが入っていたから
- 親も子も友だちを作りたいから
- 友だちがほしかったから

サンシャインどんぐりクラブ

コスモスさんによるえほんのひろば
(柱本幼稚園にて)



ぼっぼ&ペコポコサークル

エンジェルサポートさんによるリズム遊び



ぐう☆ちよき☆ばーとペリーペリー

保健師さんによる骨密度測定とお話



保健師さんから

子育て中は、母にも子どもにも仲間がいれば心強いものです。親子サークルは昭和59年から開始され、橋本市全地域に広がっています。

子育てをひとりで抱えこまないように、お母さんや子どもたちがつながることで、その輪が地域の中で広がり、安心・安全に子育てをすることができます。

その一歩を踏み出してみませんか。

サークルに入って良かったことは？

- 同世代の子どもがいたこと
- 自分の子どもの、いつもと違う面が見えて良かった
- 出かけるきっかけになった
- よい思い出ができた
- 情報がいっぱい
- 悩みが共有できた
- 家にこもっていると、怒ることが多い
- 子どもも自分も、集団の楽しさを知った
- 子ども同士が顔見知りになって、幼稚園にあがるのも楽しみ
- タテヨコのつながりが広がった
- 親も子も友だちや、仲良くできる人が増えた



橋本市の子育てサークル



いつでも気軽に見学にきてくださいね。

活動日や活動場所が変更になることがあります。まずは問い合わせ先にご連絡ください。

サークル名	対象	活動日(午前)	主な活動場所	問い合わせ先
すくすくらぶ	就園前の乳幼児とその保護者	第2・4金曜	紀見北地区公民館 (三石台4-2-1)	紀見北地区公民館 37-2867
はいはいくらぶ	0~1才半の乳幼児とその保護者	第2木曜	紀見北地区公民館 (三石台4-2-1)	紀見北地区公民館 37-2867
ぽぽぽ& パコポコサークル	就園前の乳幼児とその保護者	第1・2・3金曜	小峰台集会所(小峰台1-1) 紀見地区公民館(城山台2-10-1)	紀見地区公民館 37-2302
よちよち	0~1才半の乳幼児とその保護者	第2木曜	紀見地区公民館 (城山台2-10-1)	紀見地区公民館 37-2302
わんぱくKID'S	就園前の乳幼児とその保護者	第2・3・4金曜	学文路地区公民館 (南馬場1173-77)	学文路地区公民館 34-1546
ぐう☆ちよき☆ぱー ベリーベリー	就園前の乳幼児とその保護者 0~2才の乳幼児とその保護者	第1・2・3金曜	橋本地区公民館 (市脇1-3-18商工会館2F)	橋本地区公民館 34-2750
なかよし会	就園前の乳幼児とその保護者	金曜 活動日問合せ	隅田地区公民館 (隅田町中島22)	隅田地区公民館 34-2312
ふれんず	就園前の乳幼児とその保護者	第2・4金曜	高野口地区公民館 (高野口町名倉813-2)	高野口地区公民館 33-3111
どんぐりくらぶ	就園前の乳幼児とその保護者	水曜 活動日問合せ	山田地区公民館 (柏原433-1)	山田地区公民館 33-2656
ぴよぴよクラブ	就園前の乳幼児とその保護者	毎週金曜	恋野地区公民館 (恋野564-1)	恋野地区公民館 33-2458
サンシャイン どんぐりクラブ	就園前の乳幼児とその保護者	第1・3金曜	紀見ヶ丘集会所 (紀見ヶ丘3-1-8)	中央公民館 32-0034

子育て はっぴい あとばいす

支援チーム員「ちょっとちゃん」

子どもが子どもを**あっ、仲間だ**とわかる時期はとっても早いと言われています(^v^)。親子で参加する幼児教室では、4ヶ月くらいの赤ちゃんがとなりの赤ちゃんのところに**ごろごろ**ところがっていく。絵本のよみかかせの場にきた子ども同士が**びた**とくっついている！！

小さなころから、仲間同士のふれあいを経験していると、**自然な感じで友達作りの土台**ができあがってきます。

大人が**こんにち**とあいさつしたり、**笑顔**でうなずいたり、**話**したり、ときには**ごめんなさい**とあやまったり…。こんなことの全部が人づきあいのお手本になります。

集まれば、けんかもあるでしょう。それも、これから先の成長に役立ちます。自分の気持ちを出したからそのぶつかり合いです。気持ちが出せることは大事なことです。

けがをする可能性がみえてきたときは、親の出番ですよ～

恥ずかしがりやさんの大人も子どもも、集団あそびの場をのぞいてみて下さい。

その場にいるだけで、**ちょっといいこと**ありますよ～



おうちで本を開いていますか

みんなで一緒に見て・聞いて・楽しんで!!



みんな一緒の場で読んでもらう本には、いつもと違う別の楽しさがあります。お友達の笑顔につられて笑ったり、大きな声で掛け声をかけたり、一緒に体操したり、絵本の中に入り込んで遊びが広がりますよ。どの本も大勢の前で読むのに向いています。子育てサークルでの読み聞かせに使ってくださいね。



題名/おかあさんと子どものあそびうた
あがりめ さがりめ
絵/ましま せつこ
出版/こぐま社 0歳から

昔から歌い継がれてきた「わらべうた」。なじみのない方もこの絵本を見ながら素朴な言葉と繰り返しのリズム、ふれあいを楽しんでみませんか？



題名/ペンギンたいそう
作/齋藤 楨
出版/福音館書店 0歳から

ペンギンが、愛らしいしぐさで体操を始めます。絵本を読むと、自然に体が動いてしまうよ。何度もページを行き来して、いっしょに体操をしてみましょう。

題名/ここがすき
作/きたやま ようこ
出版/こぐま社 1歳から



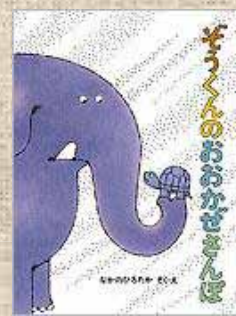
いぬさん、かえるさん、かめさん、ねこさんがお気に入りの場所を教えてください。「わたし」がすきなところは？ はい、ここですよ。

題名/おおきくおおきくおおきくなあれ
脚本・画/まつい のりこ
出版/童心社 1歳から



小さな小さなぶたが一匹。みんなで「おおきくおおきくおおきくなあれ」って、言ってみよう！すると、ぶたが大きくなった！世界中で人気No.1の紙芝居です。

ぞうくん、かばくん、わにくん、かめくん、仲よし4ひきのおさんぽ。ぞうくんはちからもち。きょうはいいてんき。あめふり、おおかせとシリーズは続きます。



題名/ぞうくんのさんぽ
作・絵/なかの ひろたか
レタリング/なかの まさたか

題名/ぞうくんのあめふりさんぽ
作・絵/なかの ひろたか
出版/福音館書店 3歳から

題名/ぞうくんのおおかせさんぽ
作・絵/なかの ひろたか

橋本市家庭教育支援チームでは、「家庭読書班」を構成しており、「家読」に関する講座を展開しています。

7月～10月のイベント



※は問い合わせ先と開催場所が違うのでご注意ください。各館が休館日の場合、締切日はその前日になります。
受付が開始されているイベントは、すでに定員に達している場合があります。ご了承ください。

実施日時	事業名	事業内容	対象・定員	費用	申込・締切	問い合わせ
児童館開館日の 16:30～	リトルプレイタイム	卓球、なわとび、一輪車などで遊ぶよ。 トランプやかるた、読み聞かせもします。	幼児～中学生	無料	不要	名古屋児童館 42-5560
毎週土曜 ①14:00～②15:00～	よみきかせ会	絵本や紙芝居のよみきかせ	就学前の幼児と保護者	無料	不要	橋本市図書館 33-0899
木曜 16:30～17:30	キッズバトン教室	バトンを使って身体を動かすことの楽しさを覚え、リズム感・表現力を養いましょう。	4歳～小学1年生 20名(対象外要相談)	5,140円 /10回	要 受付中	県立橋本体育館 32-9660
水曜 16:00～17:00	キッズ スポーツトレーニング	ラダーやボールなどを使って遊びながら運動神経を伸ばすトレーニングをしよう!	4歳～6歳	3,600円 /10回	要 受付中	県立橋本体育館 32-9660
木曜 10:30～11:30	ファミリースポーツ教室	就園前のお子様には家庭では経験できないスポーツを経験させてみませんか? 託児別途有料	2歳～4歳の 幼児と保護者	5,140円 /10回	要 受付中	県立橋本体育館 32-9660
水曜 16:00～17:00	ジュニア フットサルスクール	初心者・未経験者のスクールです。 フットサルの楽しさを体験してみてください!	4歳～6歳	300円/回	当日受付	県立橋本体育館 32-9660
H28.7～H29.2(土曜) 全16回 14:00～16:00	こども狂言教室	日本の伝統文化「狂言」を習ってみませんか? 途中入会可 日程など要問合せ	小学3年生～中学生 15名	1人 3,240円	要 受付中 日程問合せ	橋本市市民会館 33-6108
H28.7～H29.2(土曜) 全16回 14:00～16:00	こども狂言教室	日本の伝統文化「狂言」を習ってみませんか? 途中入会可 日程など要問合せ	小学3年生～中学生 15名	1人 3,240円	要 受付中 日程問合せ	橋本市市民会館 33-6108
①7/16・8/17 15:00～ ②10/22・26	にこにこクッキング	①ポップコーン ②パンクンスティック 10/22 15:00～・10/26 15:30～	幼児・小学生 各15名	①100円 ②150円	要 ①7/15・8/16 ②10/21・25	友愛児童館 42-5004
7/17・9/18 14:00～15:00	みんなの ストーリー・テリング	絵や文字に頼らず、話し手の声だけで語り聞かせをしたり、絵本や紙芝居もあります。	どなたでも 30名	無料	不要	橋本市図書館 33-0899
7/21・28・8/4・20 14:00～	夏休み工作 あにまるMEMOクリップ	かわいいお庭に動物を飼おう! 箱庭に小さな動物園の出来上がり☆メモクリップになるよ!	小学生 各15名	300円	要 7/20・27 8/3・19	友愛児童館 42-5004
7/21・22・8/23 10:00～ 7/22・8/2・3 14:00～	夏休み工作教室① ミラクル!万華鏡	ドキドキ! きらきら! 今までとはちよつと違う大きな万華鏡に挑戦。	小学生 各20名	300円	要 7/20・21・30 8/2・20	きしかみ子ども館 32-5094
7/21・28・8/4(3日間) 9:00～11:00	子どもの文章教室	夏休みの絵日記や読書感想文を書くのに役立つよ! 3日間ご参加いただける方。	小学生 15名 3年生以下は保護者要	無料	要 7/19	高野口地区公民館 33-3111
7/22 14:30～	ふれあいルーム クラフトテープの動物マグネット	クラフトテープを使って、かわいい動物のマグネットを作るよ! 1人3個作れます。	小学生 15名	200円	要 7/21	名古屋児童館 42-5560
①7/22・8/26 ②9/14 ③9/17	ゆうあい スクラップブック	お気に入りの写真をアルバムにしよう! ①14:00～②15:30～③15:00～	小学生 各15名	200円	要 ①7/21・8/25 ②9/13 ③9/16	友愛児童館 42-5004
7/22・8/26 13:30～	子ども映画まつり ※東部コミュニティセンター	何を上映するかは当日のお楽しみ!	どなたでも	無料	不要	※隅田地区公民館 34-2312
7/22・27・8/4 15:00～ 8/5 10:00～	夏休み工作教室 サマーフォトフレーム	すいかやヨットを飾ったサマーフォトフレームを作ろう!	小学生 各15名	150円	要 7/21・26・8/3・4	はらだ子ども館 33-0330
7/23・9/24 15:00～ 8/10 10:30～	図書館の時間	読書を楽しんで本と友達になろう。 絵本の読み聞かせや紙芝居もするよ。	幼児親子・小学生	無料	不要	名古屋児童館 42-5560
①7/23 14:00～ ②7/26・8/2 14:00～	夏休み工作	①リルガール・テンポット。小さなお庭のイメージをボードに。 ②真夏の海のリース	小学生 各15名	各200円	要 ①7/22 ②7/23・30	友愛児童館 42-5004
①7/23 9:30～11:00 ②7/23 13:30～15:30	①デコパージュを楽しむ ②陶芸教室	①絵を切り抜き貼って、ビーズなどで飾りつけよう。 ②オリジナルの作品を作ってみよう。	小学生①15名②10名 3年生以下は保護者要	①300円 ②1,000円	要 受付中	学文路地区公民館 34-1546
7/23 15:00～	キャンプファイアの集い	ゲーム、イベントなどを楽しもう。流しそうめん、カレーやかき氷もあるよ。	小学生 80名 3年生以下は保護者要	500円	要 受付中	恋野地区公民館 33-2458
7/25 10:00～	図書館を知りつくそう ※橋本市図書館	今日は貸し切り! いつもは行かないすみのすみまで図書館を探検しよう。クイズやゲームもあるよ。	幼児と小学生の子と親 20組	無料	要 7/22	社会教育課 33-6112
7/26・8/9 14:00～ 7/27・28・29 10:00～	夏休み工作教室② アイロンビーズの壁掛時計	アイロンビーズを使ってオリジナルの壁掛時計に仕上げよう!	小学生 各20名	300円	要 7/23・26・27 7/28・8/6	きしかみ子ども館 32-5094
①7/26 10:00～12:00 ②8/25 13:30～15:30	①こわ～いよみきかせ会 ②書道教室	①まっくらな部屋でちよつぷりこわい絵本とおはなし。 ②毛筆の腕をあげよう。糸幅紙にもチャレンジできるよ。	小学生①30名程度 ②15組(保護者要)	無料	要 受付中	紀見地区公民館 37-2302
①7/26 13:30～ ②8/12 10:00～	①ペットボトルランタン ②ミニインテリア作り	①防災グッズにもなるよ。 ②夏を彩るかわいいミニインテリアを作りましょう	小学生①15名②10名 3年生以下は保護者要	各300円	要 ①7/20②8/5	恋野地区公民館 33-2458
7/26・8/20 10:30～	ふれあいルーム キッズヨガ教室	先生がやさしく教えてください。みんなでヨガを楽しみましょう。	3～10才の子と保護者 各10組	無料	要 7/23・8/19	はらだ子ども館 33-0330
7/27・28・29 14:30～	こども陶芸教室 ペン立てを作ろう	陶芸用の粘土を使ってペン立てを作るよ。 焼き上がった後は自由に色づけしてね。	小学生 各15名	300円	要 7/26・27・28	名古屋児童館 42-5560
①7/27 10:00～14:00～ ②8/9 14:00～	夏休み工作	①ガラスのフォトフレーム ②夏☆ナツ モザイクプレート	小学生 ①各10名②15名	①300円 ②200円	要 ①7/26 ②8/6	友愛児童館 42-5004
7/27 13:30～15:30	こども書道教室	思いを込めて丁寧な字を書いてみませんか?	小学生 20名 3年生以下は保護者要	無料	要 受付中	山田地区公民館 33-2656
7/28 16:00～17:00	こどもの 盆踊り教室	盆踊りサークルの方がいてねいに教えてくれるよ。	小中学生 3年生以下は保護者要	無料	不要	学文路地区公民館 34-1546
①7/28 9:30～11:30 ②8/17 13:30～15:30	①クラフトテープで動物作り ②押し花教室	①クラフトテープでアニマルマグネット&プローチ作り ②押し花でマイコースター&ミニランチョンマット作り	小学生各15名 3年生以下は保護者要	各300円	要 受付中	橋本地区公民館 34-2750
①7/29・8/5 13:30～ ②8/3・10/19	ふれあいルーム	①夏休み絵画教室 ②茶道教室 8/3 14:00～・10/19 15:30～	小学生 ①各15名 ②各12名	①30円 ②150円	要 ①7/28・8/4 ②8/2・10/18	友愛児童館 42-5004
①7/29 9:00～11:30 ②7/31 13:30～15:30	①紙すき体験※ ②木工教室※	①紙すき体験をしよう(※九度山町紙造苑) ②郷土の森学習体験棟で工作をしよう。	①小学4年生以上 10名 ②小学生と保護者 15名	各300円	要 受付中	※学文路地区公民館 34-1546
7/29 10:00～15:00	一日まるごと公民館 (詳細問合せ)	レジンストラップチャーム・動くハンパルマン・紙ひこうき作り、映画会など、いろんな体験ができるよ。	小学生 低学年は保護者要	教室によって 有料も有	要 受付中	紀見地区公民館 37-2302
7/29・8/3・12 15:00～ 8/10 10:00～	夏休み工作教室 牛乳パックの工貯金箱	お金を入れると、くるくる回る楽しい風車貯金箱!	小学生 各15名	150円	要 7/28・8/2・9・10	はらだ子ども館 33-0330
7/30 17:30～	紀見北8区合同夏まつり ※三石中央公園グラウンド	盆踊りや模擬店、ゲームもあるよ。	どなたでも			紀見北地区公民館 37-2867
7/30 11:00～	星空の神秘を探ろう ※紀美野町みさと天文台	みさと天文台でプラネタリウムや3Dシアターを体験します。	小学生 18名	100円	要 7/23	※恋野地区公民館 33-2458



実施日時	事業名	事業内容	対象・定員	費用	申込・締切	問い合わせ
7/31 9:00~14:30	夏の冒険 ※高野口町庚申山	庚申山(こうしんさん)で流しそめんと、竹を使ったおもちゃ作り。	小学生 15名 3年生以下は保護者要	400円	要 7/19	高野口地区公民館 33-3111
8/2・3・18 10:00~ 8/17 14:30~	夏休み工作教室 とんがりやねの貯金箱	ペットボトルにとんがり屋根をつけて作ります。 小さなうちに貯金をするのが楽しみになるよ。	小学生 各15名	150円	要 7/30 8/2・16・17	名古屋児童館 42-5560
8/3・9/7・10/8 15:30~	ハッピーバースデイトイム	月ごとに手作りのお誕生会をするよ。 みんなで参加してね。	幼児・小学生	無料	不要	名古屋児童館 42-5560
8/3 10:00~ 8/10・18・24 14:00~	夏休み工作 フルーツ貯金箱	紙皿に和紙を貼って、フルーツの貯金箱を作ろう！ス イカとオレンジ、どちらか選べるよ♪	小学生 各15名	200円	要 8/2・9・17・23	友愛児童館 42-5004
①8/3 9:30~12:00 ②8/31 13:30~15:00	①茜染め教室 ②親子茶道体験教室	①茜を使って衣類を夕焼け色に。低学年保護者要 ②お茶の作法を親子で体験しよう。	①小学生 20名 ②小学生と保護者 15組	①500円 ②1人250円	要 受付中	紀見地区公民館 37-2302
8/4・5・24 14:30~ 8/23 10:00~	夏休み工作教室 うごく車の小物入れ	牛乳パックやペットボトルのふたを使ったエコ工作。 走らせて遊ぶこともできるよ！	小学生 各15名	150円	要 8/3・4・20・23	名古屋児童館 42-5560
8/4 10:00~ 8/19 14:00~	夏休み工作 フォト☆ガーランド	夏休みの思い出の写真を飾ろう！	小学生 各15名	300円	要 8/3・18	友愛児童館 42-5004
8/4・5・18・19 14:00~ 8/18・19 10:00~	夏休み工作教室③ 真田幸村の兜を作ろう	六文銭がキラリと光る兜を手作りしよう！	小学生 各20名	300円	要 8/3・4 8/17・18	きしかみ子ども館 32-5094
8/4 19:30~20:00	納涼お話し会	いつもと違う、夜の図書館でちよっとこわいドキドキお 話し会です…	どなたでも	無料	不要	橋本市図書館 33-0899
①8/4 9:00~11:30 ②8/25 10:00~11:30	①カレーパン作り ②アサイで作るストラップ	①簡単に作れるカレーパンに挑戦です。 ②「南米アマゾンのアサイ」で作るストラップ	小学生①16名②10名 3年生以下は保護者要	300円	要 受付中	橋本地区公民館 34-2750
8/5 13:00~15:30	ぶつくんクラブ 藍染体験	ステキな藍染ハンカチを自分の好きなしぼり模様を入 れて作ってみませんか	小学生 20名 2年生以下は保護者要	無料	要 7/19~29	橋本市図書館 33-0899
8/6・10 10:00~	作って遊ぼう	身近な材料で作って遊ぼう！	小学生 15名	無料	不要	友愛児童館 42-5004
①8/6②9/9・10 10:30~	キッズらんど	①大きなプールで遊ぼう！パパやママと一緒にね。 ②お月見だんごを作って食べよう。	幼児親子 各20組	①無料 ②1人50円	要①8/5 ②9/8・9	きしかみ子ども館 32-5094
①8/6 9:00~10:30 ②8/19 13:30~15:30	①絵手紙教室 ②お菓子作り	①絵手紙を描いてみよう。 ②夏のひんやりスイーツを作ろう。	小学生 各10名 3年生以下は保護者要	①200円 ②300円	要 受付中	学文路地区公民館 34-1546
8/6・23・25・26 15:00~	夏休み工作教室 牛乳パックのエコパン立て	手さげもついた、カラフルパン立てを作ろう。	小学生 各15名	150円	要 8/5・20・24・25	はらだ子ども館 33-0330
8/9 10:00~	安全探検に行こう！！	どんどこプロジェクトで作った看板を巡って探検隊出 発！！	小学生 30名	無料	要 8/6	きしかみ子ども館 32-5094
8/9・9/13・10/11 11:00~	あかちゃんと 絵本のひととき	あかちゃんとお母さんを対象に、絵本を通してふれあ うひとときを楽しんでいただくよみきかせです。	乳幼児とその保護者 各30組	無料	不要	橋本市図書館 33-0899
①8/10 10:00~ ②8/10 15:30~	①作って遊ぼう！ ②お楽しみタイム！	①牛乳パックやペットボトルが遊べるおもちゃに変身！ ②ゲーム？手品？当日のお楽しみ。	小学生 ①20名②30名	無料	要 ①8/9 ②8/9当日参加OK	きしかみ子ども館 32-5094
8/10 10:00~12:00	木工教室 ※郷土の森学習体験棟	木の実の夏のリース作りとかき氷。	小学生 保護者要 15組	500円	要 受付中	※紀見地区公民館 37-2302
8/10 11:00~17:30	親子バス研修 ※関西国際空港	関西空港の裏側を探検！お昼は機内食を食べるよ。 1家族1組。※人数超過の場合、公開抽選	小学生と保護者 10組20名	1組3,100円 (昼食代含む)	要 7/15~20	山田地区公民館 ※33-2656
8/17・18 10:00~	えほんのひろば	ふれあいホールが絵本いっぱい部屋に変身。読み 聞かせもあるよ。	どなたでも	無料	不要	紀見北地区公民館 37-2867
8/17・25(2日間) 10:00~12:00	張り子の かぶれる面づくり	自由に好きなキャラクターのお面づくりに挑戦してみ ませんか。二日とも参加してね。	小学生 15名 3年生以下は保護者要	400円	要 受付中	山田地区公民館 33-2656
8/18 10:00~	エンジョイ♪公民館	いろいろ体験してみよう。絵手紙、カプラ体験など。コーナー によって事前申込要。詳細は問い合わせ(チケット販売8/9~)	幼児~大人	コーナーにより 有料も有	要 7/30~	紀見北地区公民館 37-2867
①8/18 14:00~15:30 ②8/26 13:30~15:30	①簡単ピザ作り ②和菓子作り体験	①簡単で美味しいピザをみんなで作りましょう！ ②フルーツ大福を作りましょう！	小学生①10名②16名 3年生以下は保護者要	各300円	要 受付中	山田地区公民館 33-2656
8/18・25 9:00~11:30	夏休み 炎の卓球教室	初心者から経験者まで、本気で遊ぶ夏がキタ！ 当日参加可。貸しラケットあり(先着順)	小学3年生~6年生	当日 300円/回	要 受付中	県立橋本体育館 32-9660
8/19 10:00~15:00	親子で スクラップブック作り	10:00~12:00 アルバム作り 12:00~15:00 自由制作・交流会	市内在住の親子	10円~	不要	はらだ子ども館 33-0330
8/22・9/12・10/17 9:30~11:30	それいけわんパーク ※県立橋本体育館	親子で体操、大型遊具で遊ぼう。赤ちゃんコーナーや おしゃべりコーナーも。	橋本市在住の未就園児と その家族	1家庭 100円	不要	※市福祉課 33-1111
8/23 9:00~12:00	夏休み折り紙工作	折り紙であなただけのかわいいお花を作ろう。	小学生 15名 3年生以下は保護者要	200円	要 7/19	高野口地区公民館 33-3111
8/24・25 13:00~14:30	1日図書館司書体験	いつもの利用者でなく、カウンターの中に入って、司 書のお手伝いをしてみませんか。	小学生~中学生 各2名	無料	要 8/2~14	橋本市図書館 33-0899
8/25 13:30~	夏休み こどもダンス教室	ダンスサークルの先生が優しく教えてくれるよ♪ みんな一緒にレッツダンス！	小学生 12名	無料	要 8/24	名古屋児童館 42-5560
8/25・26 10:00~	アイロビンズで作る 「キャラクターのキーホルダー」	大好評のキャラクターのキーホルダーだよ！好きな キャラクターを選んで作ってね。1人2つ作れるよ。	小学生 各20名	150円	要 8/24・25	きしかみ子ども館 32-5094
8/26 9:30~12:00	親子でクッキング おにぎらずdeお弁当作り	2種類のおにぎらずとウインナー、野菜とまんまるゼ リーをつめて。おいしい親子弁当を作るよ。	小学生と保護者 20組	大人用500円 子ども用300円	要 受付中	紀見地区公民館 37-2302
8/26 13:30~	書道教室	学校の宿題をしよう。	小学生 10名	無料	要 8/20	恋野地区公民館 33-2458
①9/3・7 15:00~ ②10/1 15:00~	みんなで遊ぼう	①バドミントン、大なわとびをしよう♪ ②バドミントン、テーブルゲームをしよう♪	どなたでも	無料	不要 当日参加OK	はらだ子ども館 33-0330
9/7 15:30~ 9/10 15:00~	ヘアクリップを作ろう	色違いのリボンを使ってヘアクリップ3つ作ろう！	小学生 各15名	100円	要 9/6・9	友愛児童館 42-5004
9/7・14 15:30~	わくわくクッキング お月見だんご	15日は十五夜です！今年もみんなでお団子を作ろ う！	小学生 各24名	100円	要 9/6・13	きしかみ子ども館 32-5094
9/10 15:00~ 9/14・21 15:30~	リトルクッキング 白玉スイーツ	だんごをこねておいしいスイーツを作るよ。 どんなスイーツができるかは当日のお楽しみ♪	小学生 各15名	200円	要 9/9・13・20	名古屋児童館 42-5560
9/10~11 1泊2日	親子キャンプ	家族で野外活動をしよう！	家族 10組40名	1人 4,000円	要 8/26	紀北青少年の家 22-5530
①9/10・14 15:30~ ②9/21・28 15:30~	①うきうきクッキング ②手作り工作	①お月見だんごを作ろう。 ②竹トンボを作って飛ばそう！	小学生 各10名	①100円 ②150円	要①9/9・13 ②9/20・27	はらだ子ども館 33-0330



実施日時	事業名	事業内容	対象・定員	費用	申込・締切	問い合わせ
9/20・21・23 15:30～ 9/24 15:00～	WEEKくらふと イニシャルキーホルダー	アイロンビーズで作るかわいイニシャルキーホルダーだよ！	小学生 各24名	100円	要 9/17・20・21・23	きしかみ子ども館 32-5094
9/21・28 15:30～ 9/24 15:00～	ブラバンキーホルダーを 作ろう！	オリジナルキーホルダーを2つ作ろう♪ 書きたい物を持って来てほしいよ！	小学生 各15名	100円	要 9/20・23・27	友愛児童館 42-5004
9/28・10/5 15:30～	ハロウィン工作	ひと足お先にハロウィン気分。キャンディボックスを作るよ♪中に何を入れようかな。	小学生 各15名	200円	要 9/27・10/4	名古屋児童館 42-5560
10月	月間エコラフト プラバンを作ろう！	事業のない日や、スタッフの手が空いている時に、1日1コマまで。毎日1こずつ作ってみよう。	どなたでも	無料	不要 当日参加OK	友愛児童館 42-5004
10/5・12・14 15:30～	可愛いきのこの 小物入れ	きのこの形をしているよ！何を入れようかな…？	小学生 各24名	100円	要 10/4・11・13	きしかみ子ども館 32-5094
10/12 15:30～ 10/15 15:00～	パンキン☆ボックスを 作ろう！	かぼちゃの形をした丸いボックス！	小学生 各15名	100円	要 10/11・14	友愛児童館 42-5004
10/15～16 1泊2日	ハロウィンパーティ	手作りでハロウィンを疑似体験しよう！	小学4年生～中学生 40名	1人 3,500円	要 9/30	紀北青少年の家 22-5530



7/22・8/26・9/23 10/28	カーネーションクラブ スクラップブック	10:00～12:00 アルバム作り 12:00～15:00 自由制作	①市内在住親子・小学生 ②市内在住の保護者	10円～	不要	友愛児童館 42-5004
⑧/23 10:00～ ⑨/13 10:00～	①親子で作ろう ②アサーション講座	①ドイツの民芸品「動くハンペルマン」を作ろう ②よりよい人との関わり方を考えてみましょう	子育てに関わる人 ①親子20組②30名	①300円 ②無料	要 8/16・9/12	社会教育課 33-6112
9/10 13:30～	子育て支援講演会	スーパーティーチャー甲本卓司の大人も受けたいくなる授業	中学生以上 100名	無料	要 受付中	スマイリー 39-7515
①9/16 10:00～ ②10/21 10:00～	カーネーションクラブ	①秋飾りを作ろう！ ②ハロウィンのタペストリーを作ろう！	市内在住の保護者 各10名	各300円	要 ①9/15②10/20	友愛児童館 42-5004
9/16 10:00～15:00	ママタイム スクラップブック	10:00～12:00 アルバム作り 12:00～15:00 自由制作・交流会	市内在住の保護者	10円～	不要	はらだ子ども館 33-0330
9/27 13:30～ 9/28・30 10:00～	ママ倶楽部 簡単!!ソーイング	ティッシュカバーと、ポケットティッシュカバーを手作りしましょう！	市内在住の保護者 各15名	300円	要 9/24・27・29	きしかみ子ども館 32-5094
9/30 10:00～	マザールーム アクセサリ作り	UVレジンを使った素敵なアクセサリを作ってみませんか。	市内在住の保護者 10名	200円	要 9/29	名古屋児童館 42-5560

子ども館・児童館4館合同のこどもまつり！
今年のテーマは防災と減災だよ！

第7回 夏休みこどもまつり

- ・日程 8月28日(日) 10:00～15:00
- ・場所 きしかみ子ども館 ・参加費 無料
- ・内容
ランタン、カップに変身、チェックリストなど手作り工作
ゴキベっちゃん、非常グッズさがし、防災カルタなど手作りゲーム
ヨーヨー、スーパーボール、ハルーンアート、読み聞かせなど
※飲食の準備はありません。お弁当などをお持ちください。
※水筒(お茶・水など)をお持ちください。

問い合わせ きしかみ子ども館 TEL・FAX 32-5094

**児童館・こども館
からのお知らせ**

じどうかんから飛び出して、みんなのところにいきよ！

ここにコランド(移動児童館)

- ・時間 10:00～12:00(午前10時までに集合してね)
- ・参加費 100円(当日集めます)
- ・内容 「使い方がいいいろいろ『マルチボード』」手作り、スタッフ手作りのゲーム、大型紙芝居、絵本のみきかせなど、楽しいことがいっぱい！
- ・持ち物 上ぐつ、タオル、お茶 ※未就学児は保護者同伴で来てね。
- ・申込締切 各開催日前の水曜日
- ・日程会場(各体育館)
9/17(土) 清水小学校 9/24(土) 境原小学校
10/1(土) 応其小学校 10/15(土) 西部小学校

イクメンパパ、見つけた！

パパ・山崎周一さん
かいと
凱斗くん(1才)


ふだんは帰りが遅いので、休みの日は凱斗くんが起きてから寝るまで、ずっと一緒だという山崎さん。必ずいっしょにお風呂に入ります。


寝かしつけできない時や何をしても泣きやまない時は育児の難しさを感じるそうです。でも育児に携わることで、こんなに幸せだと実感できるようになったとおっしゃいます。もうひとつ良かったことは「妻が私の休日を待ちわびていること(笑)」なんだそうですよ。

♥ママからひとこと

仕事があるときでも、毎朝息子の「起きてコール」につきあって早起きしてくれます。少しでも早く帰ってきて、できる範囲の家事を手伝ってくれてありがとう。息子と遊んだり、お風呂に入ったり、二人が楽しそうにしている姿を見ると、微笑ましく感じます。休みの日、これからも待ちわびています(笑)

※げんきっこでは、「イクメンパパ」を紹介しています。自薦他薦を問いません。どしどしご応募ください。






ワクワクおもしろ科学教室

- ・内容 「水蒸気と大気の不思議を体験しよう！」
ボンボン船を作って蒸気のパワーを体験してみよう。
大気の不思議を体験する実験もあるよ。
- ・参加料 無料
- ・定員 各20名(先着順)
- ・対象 小学4～6年生(3年生以下は保護者同伴)
- ・申込 受付中(申込時、定員に達している場合有)

★開催日時・会場

①午前 9:30～11:30
7/22 隅田(34-2312)
7/27 紀見北(37-2867)
8/2 高野口(33-3111)
8/17 橋本(34-2750)
8/24 紀見(37-2302)

②午後 13:30～15:30
7/27 学文路(34-1546)
7/29 山田(33-2656)
8/10 恋野(33-2458)



※申し込み・問い合わせは各地区公民館へ



教えて!となりの朝ごはん

夏の

かんたん☆朝ごはん

マグカップでかんたんにできる エッグベネディクト



オランダースソースの作り方

卵1個を耐熱ボールに割り入れ、カラザをとる。泡だて器で泡立て、マヨネーズ、オリーブオイルを加えて混ぜる。電子レンジで20秒〜30秒加熱してさらに混ぜ、レモン汁、塩こしょうで味をととのえる。

【材料1人分】

食パン 1枚 レタス 1枚 卵 1個
ベーコン(またはハム) 1枚 水 100cc
オリーブオイル(またはバター) 小さじ1
○オランダースソース材料

〔 たまご 1個 マヨネーズ 大さじ1
オリーブオイル 大さじ1
レモン汁 大さじ1 塩こしょう 少々 〕

【作り方】

- ① オランダースソースを作る。(左表参照)
- ② レタスは洗って水を切り、食べやすい大きさにちぎっておく。
- ③ 食パンを4等分する。
- ④ 水100ccを入れたマグカップに卵1個を静かに割り入れ、電子レンジで約1分20秒加熱してポーチドエッグを作る。(加熱時間は様子を見ながら)
- ⑤ フライパンにオリーブオイル(バター)を入れ、③とベーコンを両面ともに焼く。
- ⑥ 皿に、パン、レタス、ベーコン、ポーチドエッグの順にのせ、上から①をかける。



栄養士さんからのひとこと

夏野菜をたっぷり食べて、美肌を作りましょうね。

元気が出るスムージー

【材料1人分】

■飲む点滴と言われる甘酒を使って

甘酒(アルコール分のない米こうじのもの) 50cc りんご 1/4個
無糖ヨーグルト 50cc 甘夏(またははっさくなど) 1/4個
バナナ 1/2本 豆乳(野菜ジュースでも可) 30cc

【作り方】

- ① りんごは切って芯をとり、甘夏は皮をむいて種をとる。
- ② 材料をすべてミキサーにかけてできあがり。
※その他ニンジン、キウイなどをお好みで。



さわやかカプレーゼ

【材料1人分】 ■冷蔵庫で冷やすと、なおおいしい!

トマト 1/2個 モッツアレラチーズ 50g オリーブオイル 大さじ1
塩こしょう 少々

【作り方】

- ① モッツアレラチーズとトマトをスライスし、交互に並べる。
- ② ①の上から、塩こしょう、オリーブオイルをかける。あればバジルソースやバジルリーフを添えて。



むね肉となすの 中華風サラダ



【材料1人分】

鶏むね肉 50g 酒 少々 薄口しょうゆ 少々 小麦粉 30g なす 30g
じゃがいも 30g ピーマン 20g 黄パプリカ 10g 揚げ油 トマト 20g
レタス 10g 炒りごま 4g

○中華ソース材料 しょうゆ 10cc 酢 6cc 砂糖 10g 豆板醤 少々 ごま油 少々

【作り方】

- ① 鶏肉は、2〜3cmに切る。酒、薄口しょうゆをふっておく。
- ② ヘタを切ったなすとじゃがいもは2〜3cmの乱切りにし、水につけ、あくを取る。ピーマン、パプリカは種を取り、同様に切る。水気を切って170℃の油で素揚げをする。
- ③ ①は小麦粉を軽くつけて、油でカラッと揚げる。
- ④ 中華ソースは砂糖が溶けるまで、混ぜ合わせる。
- ⑤ レタスをひと口大にちぎって器に盛り、②③をのせる。小さい目の乱切りにしたトマトを散らし、中華ソースをかけ、炒りごまをふっていただく。

●栄養士さんのおすすめメニュー

※げんきっこでは、「教えて!となりの朝ごはん」を募集しています。あなたのおうちのかんたん朝ごはんを紹介してください。
また、橋本市家庭教育支援チームでは、「食育班」を構成しており、「食」に関する講座を展開しています。