

# げんきっこ

春の号

笑顔がいっぱい! family

ふれあいルーム



## おもな内容

- |     |             |     |          |
|-----|-------------|-----|----------|
| 2~3 | ふれあいルーム     | 6~7 | 春のイベント情報 |
| 4   | 読書のページ      | 8   | かんたんレシピ  |
| 5   | ヘスティア主催講座ほか |     |          |

## ふれあいルームって

橋本市では放課後や休日に、小学校、公民館、児童館、子ども館、図書館などの公共施設で、子ども教室を開催しています。子どもたちには「ふれあいルーム」として親しまれ、子どもたちにとって安心できる居場所になっています。

## ふれあいルームでは

ふれあいルームでは、学校ではできないいろいろな活動を行います。あらたな経験、あらたな発見、あらたな喜びがあります。

4月から1年生になるお友だちも、ぜひ参加してくださいね！

こんどはコースもみんなで作ってみようよ。

ハサミじゃなくて、紙を動かしながら切るのがコツよ！



小学校で開催されるふれあいルームは、「ふれあいルームコーディネーター」と学校が話し合って計画をたてます。

コーディネーターは、子どもたちの興味関心に敏感です。運動会が近づいてくると、橋本音頭の踊り方や、速く走るコツをマスターするための「走り方教室」も企画します。季節に応じてハロウィンやクリスマス工作もします。他にも、カプラやボードゲーム、ドッジビーなど、ふれあいルームのメニューはもりだくさんです。

コーディネーターは定期的に会議を開き、新しいメニューを提案したり、実際に作ってみたりして、楽しいふれあいルームになるよう情報交換をしています。



# サポーター😊大活躍!

子どもたちが困っていたら助けます。迷っていたら相談のにります。  
 子どもたちのことが大好きで、子どもたちをとにかく応援したくなっちゃうのが、ふれあいルームのサポーター(^-^)  
 学校の先生でもなく、おうちの人でもない、地域で子どもたちを支えています。

子どもたちと過ごしていると、とっても楽しいの。  
 ふれあいルームに行くといっぱい元気もらえます。

下校中の子どもたちが「あっ、ふれあいルームのおっちゃんや」って声かけてくれたんや。  
 なんかうれしかったわ。



## ★★★橋本市教育委員会生涯学習課 地域教育係より★★★

令和2年度は新型コロナウイルス感染症の影響により、例年どおりの活動ができないこともありました。「今できることをできる範囲で」を合い言葉に、制限のある中ですが活動していただきました。

コロナ禍において、ふれあいルームが子どもたちの心安らぐ居場所となっていたことは間違いありません。令和3年度もたくさんの子どもたちに参加いただき、子どもも大人も笑顔でいっぱいになることを願っています。

## 「サポーターさん、募集中です」

子どもたちのためにお力添えいただける方、お気軽にお問い合わせください。お待ちしております(^\_^)

問合せ：橋本市教育委員会生涯学習課 地域教育係 TEL0736-33-6112



# おうちで本を開いていますか

いつも楽しい企画をたててくれるふれあいルームコーディネーターのみなさんから、楽しい絵本を紹介していただきました。



題名/あーそーぼ  
作/やぎゅうまちこ  
出版/福音館書店

あやの台小学校担当の  
土田淳子さん



「あーそーぼ ♪」  
「あーとーで ♪」  
のし  
節をつけて歌うように  
読んであげると、  
とても楽しいです。



題名/おめんのえほん  
作/安野光雅 出版/童話屋

恋野小学校担当の  
新田悦子さん



変身!  
お面をつけると  
いろんな動物になれるよ。  
今日はどんな動物になろうかな。



柱本小・三石小学校担当の  
沖津百合子さん

題名/いとうひろしの本(4)  
ルラルさんのにわ  
作/いとうひろし 出版/ポプラ社



ふれあいルームでは、  
この絵本の読み聞かせをして、  
ルラルさんの庭に集まる動物や  
人を描いてもらいます。  
いろんな庭の絵ができて、  
楽しいですよ。



橋本小学校担当の  
山本真佐さん



娘に何度も読んだお気に入りの  
絵本です。  
おもしろい工事車しかりょう輛が、友達  
みたいに思えてしまいます。

題名/ざっくり ぶうぶう がたがた ごろろ  
文/神戸淳吉 絵/エム・ナマエ  
出版/偕成社



題名/なんだろう なんだろう  
作/ヨシタケシンスケ  
出版/光村図書出版

高野口小学校担当の  
柴田香織さん



"楽しい、って、なんだろう  
"自分、って、なんだろう  
あたりまえに思っていたことを、  
イチから考え直してみると、  
世界がキラキラ見えてくるかも。



題名/じごくのそうべえ  
作/田島征彦 出版/童心社

応其小学校担当の  
向 律子さん



かみがた  
上方落語の絵本です。  
かみりさし  
軽業師のそうべえが綱渡りの  
最中に死んでしまい、地獄じごく  
をめぐることになりました。  
絵と文が楽しくて、大笑い  
できます。



## R3年度 ハスティア主催講座のご案内

- ・時 間 10:00~12:00
- ・定 員 15名（申込締切 開催1週間前）
- ・対 象 子育てに関わるひとならどなたでも  
※会場、参加費など、詳細はお問い合わせください。
- ・日程と内容
  - 4/20（火）ハーバリウム
  - 5/15（土）アクアジェルキャンドル
  - 5/18（火）スクラップブック
  - 6/8（火）レジンアクセサリー
  - 6/22（火）乳幼児期の子育てで大切なこと
  - 7/8（木）デコパージュのバッグ



デコパージュのバック



アクアジェルキャンドル



ハーバリウム

申し込み・問い合わせ  
教育委員会 生涯学習課 33-6112

こちらからも講座の  
申し込みができます⇒



## ラジオ体操講習会

1級ラジオ体操指導士当山倫子氏を講師に招き、正しいラジオ体操のコツを学びます。夏休みに子どもたちといっしょに始めたい方、興味ある方、ぜひご参加ください。

問い合わせ いきいき健康課 TEL33-6111

- ・日 時 5月12日（水）
- ・時 間 10:00~
- ・参加費 無料
- ・場 所 学文路東体育館（旧学文路中学体育館）
- ・対 象 ラジオ体操会をはじめたい方
- ・定 員 50名  
※詳細は4月の市報を参照してください。

## みつけた！ げんきっこファミリー



### 【中谷ファミリー】

英司さん 佳寿瑛さん  
陽菜太くん（6才） 色葉ちゃん（1才）

佳寿瑛ママに  
聞きました！

子どもが生まれたとき、とてもかわいくてすごうれしかったです。産声を聞いた瞬間に、安心して泣いてしまいました。

うれしいことがあると、テンションMAXで喜び陽菜太のようす、うれしそうに笑顔で手をのばして、抱っこを求めてくる色葉のしぐさが、それぞれとてもかわいくて大好きです。二人が仲良くケラケラ笑いながら遊んでいるのを見てると、家族がみんな笑顔になって、幸せを感じます。いつまでも兄妹なかよしいてほしいと思います。

そして、家族でキャンプや山登りをしたり、地方のおいしいものを食べに行ったりと、新しいことをしてみたいです。

※げんきっこでは「げんきっこファミリー」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。

# 3月～7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。
- ・新型コロナウイルスの感染状況によっては、内容の変更、中止もあり得ますので、あらかじめご了承ください。

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
水曜 15:50～16:50	ジュニア フットサルスクール	初心者・未経験者向でも大丈夫！一緒に楽しもう！	4歳～小学6年生	350円 /1回	当日受付	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ます！	4歳～6歳	3800円 /10回	要 受付中	県立橋本体育館 32-9660
木曜 9:30～10:30	ファミリースポーツ教室	就園前のお子様、家庭では経験できない運動を経験させてみませんか？	2歳～4歳幼児と 保護者	5500円 /10回	要 受付中	県立橋本体育館 32-9660
3/23～26 15:30～ 3/27 15:00～	どきどきチャレンジ シャボン玉	大きいシャボン玉、割れにくいシャボン玉、いろんなシャボン玉を作って飛ばそう。	どなたでも	無料	不要	きしかみ子ども館 32-5094
3/24 15:30～	ハーバリウム	ハーバリウムをかわいく作ろう。	幼児親子・小学生 5名	200円	要 3/23	友愛児童館 42-5004
3/27・4/3 15:00～	プラバンを作ろう！	好きなイラストを描いてキーホルダーを作ろう。	小学生 各5名	100円	要 3/26・4/2	はらだ子ども館 33-0330
3/27・4/3・5/1 11:00～	えほんのへや	読書を楽しむ時間です。 絵本の読み聞かせや紙芝居をします。	幼児親子・小学生	無料	不要	名古屋児童館 42-5560
4/7 15:00～	みんなで遊ぼう	グラウンドで、みんなで楽しいゲームをして遊ぼう。	どなたでも	無料	不要	きしかみ子ども館 32-5094
4/9 10:00～	すくすくクラブ ぼかぼかタイム	幼児ルームで手遊びをしたり、絵本を読んだりするよ♪	幼児親子 5組	無料	要 4/8	はらだ子ども館 33-0330
4/10・5/1・6/5 14:00～	読み聞かせ	みんなで絵本を楽しもう！	小学生・幼児親子 各5名	無料	不要	はらだ子ども館 33-0330
4/10・17 10:00～	こいのぼりの飾り	こいのぼりの飾りを作ろう。	幼児親子・小学生 各5組	100円	要 4/9・16	名古屋児童館 42-5560
4/14・21 15:30～ 4/17 15:00～	キャラクター アイロンビーズ	自分の好きなキャラクターをアイロンビーズで作ろう。	小学生 各10名	1個100円	要 4/13・16・20	きしかみ子ども館 32-5094
4/14・21 15:30～ 4/17 15:00～	こいのぼり	フェルトでかわいいこいのぼりのかざりを作ろう。	幼児親子・小学生 各5名	150円	要 4/13・16・20	友愛児童館 42-5004
4/14 16:00～ 4/17 15:00～	手作り工作 こいのぼりを作ろう！	ちりめんを使ってこいのぼりを作ろう！	小学生 各5名	150円	要 4/13・16	はらだ子ども館 33-0330
4/16・5/21・6/18・ 7/2 10:30～	キッズらんど	親子で新しいお友達作りをしませんか。	幼児親子 各10組	無料	要 開催日前日	きしかみ子ども館 32-5094
4/19・5/17・6/21・7/19 9:30～11:30	それいけ！わんパーク ※会場：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 33-3708
4/28 15:30～	みんなで遊ぼう	別館でみんなで楽しいゲームをして遊ぼう。	どなたでも	無料	不要	きしかみ子ども館 32-5094
5/8 15:00～ 5/12 16:00～	ワイヤークラフト工作！	ワイヤークラフトでメモスタンドを作ろう！	小学生 各5名	100円	要 5/7・11	はらだ子ども館 33-0330
5/8・22 10:00～	マカロンの アクセサリ&ストラップ	紙粘土でマカロンを作って、アクセサリやストラップにするよ。1人2個作れます。	幼児親子・小学生 各5組	100円	要 5/7・21	名古屋児童館 42-5560
5/8～9 1泊2日	新緑キャンプ ～みんなでキャンプ体験～	新緑を感じることのできる自然の中で、仲間づくりをしながらキャンプを楽しもう。	小学3～6年生 30名	1人 4,000円	要 4/24	紀北青少年の家 22-5530
5/8①10:00～11:30 ②13:00～14:30	さつま芋の苗を 植えよう！	5月に苗植え、10月に芋の収穫と、2回の参加が必要です。(10月は、10/30の予定です)	親子 各5組	1人200円 未就学児無料	要	※ファミサポ・スマイリー・ 39-7515
5/11～14 15:30～ 5/15 15:00～	WEEKクラフト 無料プラバン	お弁当箱のふたを使って、キャラクターキーホルダーを作ろう。	どなたでも	無料	不要	きしかみ子ども館 32-5094
5/12・19 15:30～ 5/15 15:00～	ゆうあい スクラップブックング	お気に入りの写真をかわいいアルバムにしよう。	幼児親子・小学生 各5名	200円	要 5/11・14・18	友愛児童館 42-5004
5/19・26 15:30～ 5/22 15:00～	UVレジンで作る キーホルダー	UVレジンで、かわいい自分だけのオリジナルキーホルダーを作ろう。	小学生 各10名	100円	要 5/18・21・25	きしかみ子ども館 32-5094
6/1～4 15:30～ 6/5 15:00～	WEEKクラフト 工作週間	廃材や使わなくなった材料を使って、物づくりにチャレンジしよう。	どなたでも	無料	不要	きしかみ子ども館 32-5094
6/9・16 15:30～ 6/12 15:00～	かえるのかざり	かわいいかえるのかざりを作ろう。	幼児親子・小学生 各5名	200円	要 6/8・11・15	友愛児童館 42-5004
6/19 15:00～ 6/23 16:00～	ハーバリウム作り	自分だけのオリジナルハーバリウムを作ろう！	小学生 各5名	200円	要 6/18・22	はらだ子ども館 33-0330
6/19～20 1泊2日	ホテルのキャンプ	野外活動しながらホテルの散策・観察をし、活動を通じて親睦を深めよう。	小学3～6年生 30名	1人 4,500円	要 6/5	紀北青少年の家 22-5530
6/23・30 15:30～ 6/26 15:00～	季節の飾り☆七夕	七夕飾りを作ってお部屋に飾ろう。	小学生 各10名	100円	要 6/22・25・29	きしかみ子ども館 32-5094
7/1～7	七夕飾り 星に願いを☆	子ども館に大きな笹を準備しています。 短冊にお願いを書いて飾ろう☆	どなたでも	無料	不要	きしかみ子ども館 32-5094

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
7/1～7/7 15:00～	七夕かざりをしよう	おり紙でかざりを作ったり、短冊におねがい事を書いたりして、かわいい七夕かざりをしよう。	どなたでも	無料	不要 当日参加OK	友愛児童館 42-5004
7/1～7	七夕飾りをしよう!	ねがいごとを書いて笹に飾ろう♪	どなたでも	無料	不要 当日参加OK	はらだ子ども館 33-0330
7/1～7 16:00～	WEEKクラフト 七夕飾りを作ろう!	おりがみで七夕飾りを作って、飾ろう♪ 短冊にお願い事も書いてね。	幼児親子・小・中学生	無料	不要	名古屋児童館 42-5560
7/3・10・17 15:00～ 7/7・14 15:30～	ぶんぶんごまを作ろう	ぶんぶんごまを作って、楽しく遊ぼう。	どなたでも	無料	要 7/2・6 9・13・16	友愛児童館 42-5004
7/3～4 1泊2日	親子七夕キャンプ ～星空を観察しよう～	自然体験を通じて、家族だけでなく、ほかの家族とも交流、親睦を深めよう。	親子 10組40名	1人 4,000円	要 6/19	紀北青少年の家 22-5530
7/6～9 15:30～ 7/10 15:00～	WEEKクラフト ミサンガ作り	願いを込めてミサンガを作ろう。	どなたでも	無料	不要	きしかみ子ども館 32-5094
7/7 16:00～ 7/17 15:00～	UVレジン のアクセサリー	特殊な液を使ってアクセサリーを作ろう!	小学生 各5名	200円	要 7/6・16	はらだ子ども館 33-0330
6/5・19 10:00～	かたつむりの飾り	6月にぴったり! かたつむりの飾りを作ろう。	幼児親子・小学生 各5組	100円	要 6/4・18	名古屋児童館 42-5560
7/17 10:00～	おりがみリース	おりがみでゆかた姿の女の子のリースを作ります。	幼児親子・小学生 5組	30円	要 7/16	名古屋児童館 42-5560

## 保護者向けイベント

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
3/26 10:00～	カーネーションクラブ 桜のフラワーボール	清楚な桜のフラワーボールを作ります。	保護者 5名	300円	要 3/25	友愛児童館 42-5004
4/23 10:00～	カーネーションクラブ こいのぼり	ステキなこいのぼりを作ります。	保護者 5名	350円	要 4/22	友愛児童館 42-5004
4/23 10:00～ 4/24 14:00～	ママ倶楽部 季節の飾り端午の節句	子どもの健やかな成長を願って、扇面兜(せんめんかぶと)を作ります。	保護者 各10名	300円	要 4/22・23	きしかみ子ども館 32-5094
4/23 10:00～	ママタイム アロマキャンドル	桜の香りのするアロマキャンドルを作ります。お部屋に飾って、リラックスタイムを過ごしましょう!	市内在住の保護者 5名	350円	要 4/22	はらだ子ども館 33-0330
4/23 10:00～	マザールーム 端午の節句飾り	こいのぼりの飾りをフレームに仕立てましょう。	市内在住の保護者 5名	300円	要 4/22	名古屋児童館 42-5560
5/21 10:30～	ママタイム 春の寄せ植え	可愛い春のお花を植えましょう!	市内在住の保護者 5名	350円	要 5/20	はらだ子ども館 33-0330
5/21 10:00～	マザールーム マカロンタワー	粘土でマカロンタワーを作ります。	市内在住の保護者 5名	300円	要 5/20	名古屋児童館 42-5560
5/21 10:00～	カーネーションクラブ 色紙の春飾り	ペーパークイリングで春の飾りを作ります。	保護者 5名	300円	要 5/20	友愛児童館 42-5004
5/28 10:00～ 5/29 14:00～	ママ倶楽部 ハーバリウム	ポットの中にお花の魅力を閉じ込めよう。	保護者 各10名	500円	要 5/27・28	きしかみ子ども館 32-5094
6/11 10:00～ 6/12 14:00～	ママ倶楽部 モザイクアート	色とりどりのタイルを使って、自分だけのオリジナル作品作りにチャレンジしてみませんか。	保護者 各10名	500円	要 6/10・11	きしかみ子ども館 32-5094
6/18 10:00～	ママタイム ハーバリウム作り♪	素敵なオリジナルハーバリウムを作ります!	市内在住の保護者 5名	500円	要 6/17	はらだ子ども館 33-0330
6/25 10:00～	カーネーションクラブ かえるのかざり	かわいいかえるのかざりを作ります。	保護者 5名	350円	要 6/24	友愛児童館 42-5004
6/25 10:00～	マザールーム 夏の寄せ植え	季節のお花を寄せ植えしましょう。	市内在住の保護者 5名	500円	要 6/24	名古屋児童館 42-5560
7/16 ①10:00～②14:00～	ママタイム スクラップブック作り	①10:00～12:00 アルバム作り ②14:00～16:00 アルバム作り	市内在住の保護者 各5名	10円～	不要	はらだ子ども館 33-0330
7/16 10:00～	マザールーム マスク作り	マスクとマスクストラップを作ります。	市内在住の保護者 5名	300円	要 7/15	名古屋児童館 42-5560

## 児童館・子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くよ!

### ここにこランド(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 「カラフルおたよりファイル」手作り  
ゲーム、大型絵本・紙芝居など、みんなで楽しく遊ぼう!
- ・持ち物 上ぐつ、タオル、水筒  
※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

問い合わせ きしかみ子ども館 TEL32-5094

### 日程会場(各体育館)

- 5/15(土) 西部小学校 6/12(土) 境原小学校
- 6/26(土) 橋本小学校 7/ 3(土) 応其小学校
- 7/10(土) 柱本小学校



# かんたん レシピ



## かんたん! 焼肉のタレで作る 肉じゃが



### 【材料2人分】

牛す切り肉 100g ジャがいも小 2個 にんじん 1/2本  
たまねぎ1個 糸こんにゃく 100g グリーンピース (又はいんげん) 少々  
焼肉のタレ 100cc 水 100cc

### 【作り方】

- ① ジャがいも、にんじんはひと口大の乱切り、たまねぎはくし切りにする。
- ② 糸こんにゃくは水切りして、食べやすい長さに切る。
- ③ 鍋に①②と水を入れる。その上に牛肉を広げてのせ、焼肉のタレを回しかける。
- ④ ③の鍋にふたをし、混ぜずにそのまま弱めの中火で15~20分煮る。
- ⑤ 最後にグリーンピースを入れ、火が通ったらそのまま10分ほどおいて、味をしみこませる。

■冷めるときに味がしみこんでおいしくなるので、作り置きにも向いています。

## 白身魚のカレームニエル

### 【材料2人分】

タラ (又はサワラ) 2切れ 酒大さじ1 塩こしょう少々 バター10g 油適宜  
レモン 1/2個 プチトマト 4個 ブロッコリー4片  
A (カレー粉小さじ1 薄力粉大さじ2)

### 【作り方】

- ① タラの両面に塩こしょうをし、酒をかけて10分程度おく。
- ② キッチンペーパーで①の水気を取り、混ぜ合わせたAを両面にまぶし、余分な粉を落とす。
- ③ フライパンに油を入れて中火にかけ、バターを入れる。
- ④ ③のバターが溶けたら②を並べて入れ、焼き色がついたら裏返し、弱火にして焼く。
- ⑤ ④をお皿に盛りつけ、ゆでたブロッコリーとプチトマト、くし切りにしたレモンを添える。
- ⑥ レモンのしぼり汁をかけていただく。



### 栄養士さんからのひとこと

ほうれん草はビタミン、ミネラルが豊富で、緑黄色野菜の王様とされています。旬の時期にしっかり食べましょう。



### ●栄養士さんのおすすめメニュー

## ほうれん草のオムレット きのことあんかけ

### 【材料1人分】

鶏ひき肉 (もも) 30g ほうれん草 50g たまねぎ 30g 卵2個  
えのきだけ 10g しめじ 8g えんどう豆 8g 油5cc 塩こしょう少々 みりん 2cc  
A (だし汁 150cc めんつゆ 8cc みりん 3cc 片栗粉 8g)

### 【作り方】

- ① ほうれん草は2cmに切り、さっとゆがき、水を切る。
- ② たまねぎは1cm角に、えのきだけとしめじは2cmに切る。
- ③ フライパンで鶏ひき肉とたまねぎを炒め、①を加え、塩こしょうをする。
- ④ ボールで卵を溶き、みりんを加える。
- ⑤ フライパンに油を入れ、④を流し入れる。③を加えて弱火で焼き、包みこんで形を整える。
- ⑥ だし汁にえのきだけとしめじを入れて煮る。Aの調味料、えんどう豆を加え、さっと煮る。水溶き片栗粉を流し入れて、きのことあんを作る。
- ⑦ ⑤を器に盛り、⑥のあんをかける。あたたかいうちにいただく。

## ほうれん草のイタリアンサラダ

### 【材料1人分】

ほうれん草 100g オリーブオイル 5cc  
塩こしょう少々 マスタード少々

### 【作り方】

- ① ほうれん草は3cmくらいに切ってゆで、水を切る。塩こしょうをしておく。
- ② マスタード、オリーブオイルを混ぜ、①を加えてあえる



※げんきっこでは、「かんたんレシピ」を募集しています。  
あなたのおうちのかんたんレシピを紹介してください。

こちらからヘスティアの活動が  
ご覧になります。

