

げんきっこ family

冬の号

おもな内容

- | | | | |
|-----|-----------|-----|-----------|
| 2～3 | 入学準備・イクメン | 6～7 | 冬のイベント情報 |
| 4～5 | 読書のページ | 8 | かんたん☆朝ごはん |

11月28日県立橋本体育館において、「すこやか橋本 まなびの日」が開催されました。

まなびの日でつけたげんきっこ family です。みなさんの素敵な笑顔、ありがとうございました。

すこやか橋本 まなびの日





入学準備をしよう

色とりどりのランドセルが店先にならびはじめました。

来年4月、小学校へ入学するお子様をお持ちの保護者の方は、待ち遠しさとちょっぴり不安な気持ちで毎日を過ごしておられることと思います。

入学の日にむけ、今からできることは親子でチャレンジし、スムーズな学校生活を始められるよう、準備してみませんか？

1. 生活を見直そう。

- ・「おはよう」「おやすみ」などコミュニケーションの基本はあいさつから。「ありがとう」「ごめんなさい」も言えると、お互いに気持ちいいよね。
- ・早寝早起きの生活リズムを作っておきましょう。
- ・毎日朝ごはんを食べましょう。



2. ちょっと体験しておこう。

- ・小学校のトイレは和式が多いです。おうちのトイレが洋式で、和式を使う機会がない子は最初とまどうことがあります。スーパーなどへ出かけた時に、今から和式トイレを体験させましょう。
- ・学校までの通学路を親子で一緒に歩いて、信号のない交差点など危険な場所を確認し、安全な歩き方を身につけておきましょう。「きしゅう君の家」の場所を確かめておくのもいいですね。



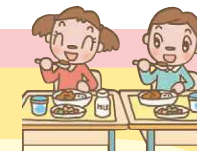
3. 気持ちを伝えられるように。

家ではつい「お腹すいてない？」「今日は何してあそんだ？」などと先回りして聞いてしまい、子どもが自分から話す機会をうばってしまっていないですか？

子どもと向き合いちょっと待ってみて、自分から話せるチャンスを作ってあげましょう。そして話し始めたら横やりを入れず、子どもが自分の言葉で話せるように、最後まで話を聞いてあげてください。そして話にうなずいてあげてください。こんな親子のやりとりが、学校生活の中で、友達や先生に自分の気持ちを伝えることにつながっていくのです。

忙しい日々の中ですが、気持ちを伝える楽しさ、大切さを教えてあげてください。

何よりも、小学校に行ける日を家族で楽しみにしてあげましょう。



Q

うちの子は少食だし食べるのが遅いので、給食の時間が心配です。

A

小学校では、おかずやごはんの量を調整するなど、できるだけ子どもたちが完食できるような工夫をしています。

入学準備としては、大皿に盛るのではなく、あらかじめ1人分のメニューを取り分け、食べきる練習をしてみてもいいでしょうか。

また食事中はビデオ、テレビなどを消し、20分くらいで食べられる習慣をつけておきましょう。

Q

入学前に文字は書けるようになっておかなくちゃ、大丈夫ですか？

A

嫌がる子どもに無理やり教えようとする、入学前から勉強に対して苦手意識がついてしまうかもしれません。入学後に始めても大丈夫。子どもが文字に興味を持った時がチャンスです！ そばに寄り添って教えてあげてください。

正しい鉛筆の持ち方などを確認しておくのも、家庭でできる準備のひとつです。



イクメンパパ、見つけた！

なかがわようすけ
パパ・中岡陽介さん
陽勇くん（1才）



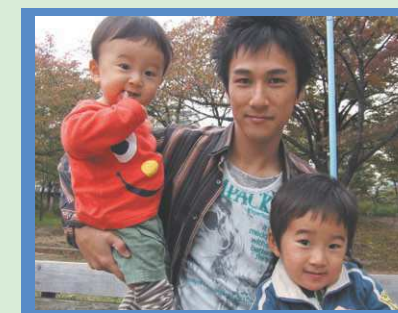
抱っこ、肩ぐるま、読み聞かせ、一緒にお風呂などなど…子育てが楽しくて仕方がないとおっしゃる中岡さん。

育児に携わってから、同じものでも今までと違う角度で見ることができるようになり、新しい自分を発見することもあるとか…。また、自分を育ててくれた両親への感謝の気持ちが強くなったそうです。

♥ママからひとこと

自営業（レストラン）で常にパパが近くにいるため、パパ大好き子になりました。父親の働く姿を見せながら子育てできることがうれしいです。もうちょっと大きくなったら「スペシャルお子様ランチ」を作ってあげる約束、忘れないでね♥

おりがちきよと
パパ・折口清人さん
清寿くん（3才）
結斗くん（1才）



育児サークルを通じてパパ友ができたとおっしゃる折口さん。家族ぐるみでお出かけしたり、楽しい日々を過ごしているとのこと。

「できるだけ自分のことは自分でさせるようにして、うまくできた時は全力でほめます！でもうまくいかない時は、教えることって難しいと実感します。」

趣味のトライアスロンやマラソンを、子どもと一緒に走るのが夢だそうです。

♥ママからひとこと

パパの読む『おてて絵本』は、子どもたちとママに大好評です！ぜひ★ずっと続けてください。

おうちで本を 開いていますか？

その6



あなたには大好きな絵本や本がありますか？ 何度でも読み返したくなる本には何があるのでしょうか。心が落ち着く、気持ちが楽になる、楽しく元気になれる、などいろいろな理由があるでしょう。

1冊の本との出会いが、私たちに日常では体験することのできない経験を与えてくれます。普段は感じない事柄を気づかせてくれます。感じさせてくれます。そして、本を読むことで得た数多くの経験や感動が、日々の生活の中でかけがえのない財産になってゆくのです。

子どもに読書を進めるには、まず**大人が本を読むこと**です。大人が楽しそうに本を開いて見ていると、子どもも近づき一緒に見入ってきます。子どもが本に出会うには、**大人の手**が必要です。いつも身近なところにわかりやすく、子どもがひとりで取り出せるところに本を置いてください。読み聞かせをしたり、本について語り合う時間を作っていきましょう。

子どもたちが、より多くの本と出会えるように、また大人も豊かな読書が続けていけるように心がけてみませんか？

今回は**冬に読みたい本と、子どもが主人公の、推理・探偵読み物**を紹介します。

冬の遊び



題名/おしくら・まんじゅう
さく/かがくいひろし
出版/ブロンズ新社

いたすら紅白まんじゅうが、おしくらまんじゅうをします。登場する愉快的なキャラクターと予想外の展開に大人も楽しめます。



題名/なわとびしましよ
作・絵/長谷川義史
出版/学研教育出版

たけしくん、おじいさん、おばあさんと次々入って、みんな仲良くペタンペタン。魚屋さんもうどん屋さんも仲良く、ペタンペタン。そして…

写真絵本で楽しんで～♪



題名/ふゆめ がっしょうだん
写真/畠成忠男・茂木 透
文/長 新太
出版/福音館書店

冬の公園や林の木の枝先を見てごらん。愉快的な木の芽が楽しく歌っているよ。ちょっと外に出てさがしてみよう。



題名/だって 春だもん
写真・文/小寺卓矢
出版/アリス館

温かい日差しがやってくると、小さな木の芽も春の訪れを喜んでいます。冬の芽が春の訪れを感じて成長しています。

詩を読む（美しい日本語を感じてみましょう）



題名/しずかな おはなし
ぶん/サムイル・マルシャーク
え/ウラジミル・レーベデフ
やく/うちだりさこ
出版/福音館書店

静かな森の中のはりねずみの一家のおはなしです。心をこめた詩に、味わい深い絵。ロシアの代表的な絵本です。



題名/月夜のみみずく
詩/ヨーレン
訳/くどうなおこ
絵/ショーンハール
出版/偕成社

月夜の雪の森で、わしみずくに会った少女の胸の高鳴りと大自然との交流を描いた詩の絵本です。詩人 工藤直子が素敵な日本語に訳しています。

季節を感じる



題名/サンタクロースと小人たち
作/マウリ・クナナス
訳/いながきみはる
出版/偕成社

北欧の村で大勢の小人たちと一緒に生活し、プレゼント作りに励むサンタの一年間がとても楽しく描かれています。



題名/きつね森の山男
作/ 馬場のぼる
出版/こぐま社

寒がりやのお城の殿様が、きつねのコートを作るために森にきつね狩りにやってきます。きつねを守るために、山男が行ったことは…

推理・探偵読み物（この2冊はシリーズ化され、いろんな事件に遭遇していきます。）



題名/ムジナ探偵局
作/富安陽子
画/おかべりか
出版/童心社

ムジナ探偵と少年源太の迷コンビが、不思議な事件を次々と解決していきます。



題名/ そして五人がいなくなる
名探偵清水清志郎事件 ノート1
作/はやみねかおる
絵/村田四郎
出版/講談社 青い鳥文庫

食事をとることも忘れる変な名探偵が引っ越してきました。亜衣、真衣、美衣の三つ子の姉妹と清志郎探偵の謎解きミステリーが始まります。

※橋本市家庭教育支援チームでは、「家庭読書班」を編成しており、「家読」に関する講座を展開しています。
お問い合わせは、教育委員会 家庭教育支援室まで （TEL 33-1111 内1381）

H22年12月～H23年3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。



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
12/17 10:30～	キッズらんど 「みんなで楽しくクリスマス会」	かんたんケーキを作って食べよう。	2歳以上の未就学児親子 15組	100円	要 12/16	きしかみ子ども館 32-5094
12/17 10:00～15:00	スクラップブックングを 楽しもう。	アメリカで始まった素敵なアルバム作りです。フリーイン フリーアウト。	市内在住の保護者の方	300円～	不要	はらだ子ども館 33-0330
12/18・22 15:00～	クリスマス工作	毎年恒例のクリスマス工作！ お部屋に飾って、楽しく迎えてね。	小学生 各15名	100円	要 12/17・21	友愛児童館 42-5004
12/19・H23.1/23・ 2/13 9:40～12:45	イクメンカレッジ	講演、ワークショップ、イクメンクッキングなど。 くわしくは館に問い合わせください。託児あり。	乳幼児を持つご家族 (近く親になる方もOK)	全3回1,000円 (1回400円)	要 受付中	隅田地区公民館 34-2312
12/22・25 15:00～	季節の手作り教室 来年の干支飾り	来年の干支は何か？干支の色紙を作って部屋に飾 ろう。	小学生 各24名	150円	要 12/21・24	きしかみ子ども館 32-5094
12/22 15:00～	季節の手作り教室	お正月飾りを作って新しい年を迎えましょう。	小学生 10名	200円	要 12/21	はらだ子ども館 33-0330
12/24 15:00～	クリスマス会	みんなで楽しくクリスマス会。ケーキも楽しみだね。	小学生 30名	100円	要 12/21	きしかみ子ども館 32-5094
12/25 14:00～	子ども将棋教室	初めての人でも大丈夫。将棋クラブの人たちが指導し てくれます。	小学生 15名	無料	要 12/24	名古屋児童館 42-5560
12/26 10:00～11:30	冬休みソフトテニス体験教室 ※運動公園テニスコート	ラケットをお貸します。気軽に参加してください。	小学5～6年生 30名	200円	要 12/25	橋本市運動公園事務所 33-1866
12/28 10:00～・14:00～	年末大掃除	一年の汚れをみんなできれいに掃除しよう。	どなたでも	無料	要 12/27 当日参加OK	きしかみ子ども館 32-5094
12/28 10:00～	大掃除	みんなできれいに掃除をしよう。	どなたでも	無料	要 12/25 当日参加OK	はらだ子ども館 33-0330
H23.1/5 14:00～	ジャンボカルタ大会	部屋中に散らばった大型カルタをみんなで探そう。	小学生 15名	無料	要 1/4	名古屋児童館 42-5560
H23.1/6・7 14:00～	福笑いを楽しもう	みんなで初笑いして、福を呼ぼう！	小学生 各15名	無料	要 1/5・6	友愛児童館 42-5004
H23.1/7 13:00～15:00	新春ひとし書きぞめ大会	書き初めにチャレンジしよう。	小学生以上 10名	200円	受付中	恋野地区公民館 33-2458
H23.1/7 14:00～	子ども将棋教室	初めての人でも大丈夫。将棋クラブの人たちが指導し てくれます。	小学生 15名	無料	要 1/6	名古屋児童館 42-5560
H23.1/10 14:30開場15:00開演	第12回 ニューイヤーコンサート	関西フィルハーモニー管弦楽団による演奏です。 S4500円 A4000円 B3500円(高校生以下2000円)	小学生以上	左記参照	発売中	橋本市産業文化会館 42-5070
H23.1/12・15・22 15:00～	季節の手作り教室 うさぎの絵馬を作ろう	かわいい白うさぎの絵馬を作って、一年の願いを書こ うね。	小学生 各24名	100円	要 1/8・14・21	きしかみ子ども館 32-5094
H23.1/14 10:30～	すくすくクラブ	コロコロアニマルのストラップ 絵本の読み聞かせ	幼児親子 10組	100円	要 1/13	はらだ子ども館 33-0330
H23.1/15 9:00～12:00	おもしろ算数数学教室 紀見北地区公民館	身のまわりの不思議を数学で解き明かし、数学センス をみがこう。	小学4～6年生 40名 保護者の参加も歓迎	無料	要 受付中	※中央公民館 32-0034
H23.1/15 10:00～12:00	フリースクール 新春こどものためのお茶会	お茶会を楽しもう。	小学生以上 15名	300円	受付中	恋野地区公民館 33-2458
H23.1/15・21 10:30～	キッズらんど 「お正月遊びとおもちピザ」	親子でいっしょにジャンボすごろくをしたあとは、おも ちピザを焼いて食べようね。	2歳以上の未就学児親子 各15組	100円	要 12/14・20	きしかみ子ども館 32-5094
H23.1/15・19 15:00～	うきうきクッキング	たこやきを作ろう。	小学生 各10名	100円	要 1/14・18	はらだ子ども館 33-0330
H23.1/15・19・22 15:00～	こどもクッキング	毎回好評！ みんなの大好きなたこ焼きを作るよ。	小学生 各15名	100円	要 1/14・18・21	友愛児童館 42-5004
H23.1/16 14:00～15:00	こどもとおとなの 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 ます。(絵本コーナー)	どなたでも 30名	無料	不要	橋本市図書館 33-0899
H23.1/17 9:30～11:30	それいけわんパーク ※会場橋本体育館	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
H23.1/19 15:00～	お正月遊びとおもちピザ	ジャンボすごろくや福笑いなど、昔ながらのお正月遊 びで遊んだあとはおもちピザを食べてお正月気分！	小学生 30名	50円	要 1/18	きしかみ子ども館 32-5094
H23.1/19・22 15:00～	フォトスタンド作り	かわいいマスコットのフォトスタンドを作ろう。	小学生 各15名	100円	要 1/18・21	名古屋児童館 42-5560
H23.1/21 10:00～15:00	スクラップブックングを 楽しもう。	アメリカで始まった素敵なアルバム作りです。フリーイ ンフリーアウト。	市内在住の保護者の方	300円～	不要	はらだ子ども館 33-0330
H23.1/22 1日4回開催	読み聞かせ会	絵本や紙芝居の読み聞かせ(絵本コーナー) 11:00～・12:00～・13:00～・14:00～	就学前の幼児と その保護者 30名	無料	不要	橋本市図書館 33-0899
H23.1/22 14:00～15:00	おはなし会	絵本や紙芝居、エプロンシアターなど (児童コーナー)	幼児・小学生 30名	無料	不要	図書館高野口分館 42-3701
H23.1/22 10:00～ 1/26・29 15:00～	ビーズ倶楽部 「キャラクターのキーホルダー」	人気のキャラクターをビーズで作って、キーホルダー にしよう。2個作れるよ。	小学生 各24名	100円	要 1/21・25・28	きしかみ子ども館 32-5094
H23.1/26・29 15:00～	手作り教室	フェルトで作る動物のストラップ	小学生 各10名	100円	要 1/25・28	はらだ子ども館 33-0330
H23.1/26 15:00～	こども茶道教室	先生がやさしいお茶の作法を教えてくださいます。	小学生 12名	100円	要 1/25	友愛児童館 42-5004
H23.1/26 15:00～	卓球教室	卓球の強くなりたい子、集まれ！卓球クラブの人が 基礎から指導してくれるよ。	小学生 各15名	無料	要 1/25	名古屋児童館 42-5560
H23.1/29 14:00～15:00	せつぶん読み聞かせ会	節分をテーマに絵本や紙芝居の読み聞かせをしま す。(絵本コーナー)	就学前の幼児と その保護者 30名	無料	不要	橋本市図書館 33-0899
H23.2/2・9・12 15:00～	わくわくクッキング チョコチップクッキー	チョコたっぷりのクッキーを作ろう。	小学生 各24名	150円	要 2/1・8・10	きしかみ子ども館 32-5094
H23.2/4 10:30～	キッズらんど 「みんなで節分会」	手作り工作をしたあとは、豆まきで鬼退治！ 楽しさいっぱいの節分会だよ。	2歳以上の未就学児親子 15組	50円	要 2/3	きしかみ子ども館 32-5094
H23.2/4 15:00～	みんなで遊ぼう	おしくまんじゅうやなわとびで楽しく遊ぼう。	小学生 10名	無料	要 2/3	はらだ子ども館 33-0330
H23.2/5・16 15:00～ 2/19 10:00～	ビーズ倶楽部 「どうぶつマグネット」	ビーズでネコ、うさぎ、くまなどを作って、フック付きの マグネットにつけるよ。	小学生 各24名	100円	要 2/4・15・18	きしかみ子ども館 32-5094
H23.2/5 13:30～16:00	子育て応援マーケット ベルサポ市場	ベルマークを使ったフリーマーケットです。出品者来 場者募集中。詳しくは館まで問い合わせてね。	市内在住の方	ベルマーク	出品者登録制	隅田地区公民館 34-2312

H23.2/9 15:00～	こども茶道教室	先生がやさしいお茶の作法を教えてくださいます。	小学生 12名	100円	要 2/8	友愛児童館 42-5004
H23.2/9・12 15:00～	おひなさまの壁飾り	かわいいおひなさまとおだりさまが並んでいる壁飾 りを作ろう。	小学生 各15名	100円	要 2/8・10	名古屋児童館 42-5560
H23.2/10 10:30～	すくすくクラブ	かわいい指人形を作って遊ぼう。 絵本の読み聞かせ	幼児親子 10組	100円	要 2/9	はらだ子ども館 33-0330
H23.2/12 9:00～12:00	おもしろ算数数学教室 高野口地区公民館	身のまわりの不思議を数学で解き明かし、数学センス をみがこう。	小学4～6年生 40名 保護者の参加も歓迎	無料	要 受付中	※中央公民館 32-0034
H23.2/12 10:00～12:00	フリースクール ガトーショコラをつくろう！	おいしいガトーショコラを作ろう。	小学生以上15名 3年生以下保護者要	500円	要1/15～2/5 申込受付期間	恋野地区公民館 33-2458
H23.2/12・16・19 15:00～	季節の工作教室	桃の節句の飾りを作ろう。	小学生 各15名	100円	要 2/10・15・18	友愛児童館 42-5004
H23.2/13 10:00～	バレンタインお菓子作り ※恋野地区公民館	誰にあげようかな？	小学生 お菓子12セット分	要問合せ	要1/13 受付開始	※橋本おやこNPO 32-5043
H23.2/16・19・26 15:00～	リトルクッキング	ホットケーキミックスを使って、マフィンケーキを作ろ う。	小学生 各15名	100円	要 2/15・18・25	名古屋児童館 42-5560
H23.2/18 10:00～15:00	スクラップブックングを 楽しもう。	アメリカで始まった素敵なアルバム作りです。フリーイ ンフリーアウト。	市内在住の保護者の方	300円～	不要	はらだ子ども館 33-0330
H23.2/19 14:00～17:00	おりがみ教室	楽しいおりがみを作ります。	5歳以上の幼児・小学生 30名	無料	不要	図書館高野口分館 42-3701
H23.2/19・23 15:00～	季節の手作り教室	おひなさまのリース	小学生 各10名	200円	要 2/18・22	はらだ子ども館 33-0330
H23.2/21 9:30～11:30	それいけわんパーク ※会場橋本体育館	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
H23.2/23・26 15:00～	季節の手作り教室	小さなおひなさまが菜の花、桃の花に囲まれてかわ いいう！	小学生 各24名	100円	要 2/22・25	きしかみ子ども館 32-5094
H23.2/23・26 15:00～	卓球大会	初日は男子の部、2日目は女子の部。 優勝を目指してがんばろう。	小学生 各15名	無料	要 2/22・25	友愛児童館 42-5004
H23.2/23 15:00～	卓球教室	卓球の強くなりたい子、集まれ！卓球クラブの人が 基礎から指導してくれるよ。	小学生 各15名	無料	要 2/22	名古屋児童館 42-5560
H23.2/24 13:30～ 2/25・26 10:30～	キッズらんど 「おひなさまを作って遊ぼう」	かわいいおひなさまを作ろう。	2歳以上の未就学児親子 各15組	50円	要 2/23・24・25	きしかみ子ども館 32-5094
H23.2/26 1日4回開催	読み聞かせ会	絵本や紙芝居の読み聞かせ(絵本コーナー) 11:00～・12:00～・13:00～・14:00～	就学前の幼児と その保護者 30名	無料	不要	橋本市図書館 33-0899
H23.2/26 14:00～15:00	おはなし会	絵本や紙芝居、エプロンシアターなど (児童コーナー)	幼児・小学生 30名	無料	不要	図書館高野口分館 42-3701
H23.2/26 8:15～16:00	フリースクール 手延べそうめん体験	「奈良市左京区三輪そうめん山本趣ゆう館」に体験学 習に行くよ。	小学生以上15名 3年生以下保護者要	600円	要1/15～2/19 申込受付期間	恋野地区公民館 33-2458
H23.3/2 15:00～	季節の手作り教室	小さなおひなさまが菜の花、桃の花に囲まれてかわ いいう！	小学生 24名	100円	要 3/1	きしかみ子ども館 32-5094
H23.3/2・5・9 15:00～	ミニノート作り	かわいいうさぎの友禅紙を使って、ミニノートを作ろ う。	小学生 各15名	100円	要 2/1・4・8	友愛児童館 42-5004
H23.3/4 15:00～	みんなで遊ぼう	フラフープやなわとびで楽しく遊ぼう。	小学生 10名	無料	要 3/3	はらだ子ども館 33-0330
H23.3/5・9 15:00～	わくわくクッキング 焼き桜もちを作ろう	ピンクの皮にあんこを包んで、桜もちを作ってみよう。 おいしいよ！	小学生 各24名	100円	要 3/4・8	きしかみ子ども館 32-5094
H23.3/9・12・16 15:00～	布でお花作り	チューリップのお花を作って、お部屋に飾ろう。	小学生 各15名	100円	要 3/8・11・15	名古屋児童館 42-5560
H23.3/11 10:30～	すくすくクラブ	お話でぶくろを作ろう。 絵本の読み聞かせ	幼児親子 10組	100円	要 3/10	はらだ子ども館 33-0330
H23.3/12 10:00～・15:00～ 3/16 15:00～	ビーズ倶楽部 「イニシャルキーホルダー」	自分のイニシャルをビーズで作って、キーホルダーに しよう。2個作れるよ。	小学生 各24名	100円	要 3/11・15	きしかみ子ども館 32-5094
H23.3/12・16 15:00～	手作り教室	手作りカードケース作り	小学生 各10名	100円	要 3/11・15	はらだ子ども館 33-0330
H23.3/14 9:30～11:30	それいけわんパーク ※会場橋本体育館	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
H23.3/14 開催時間要問合せ	20周年記念 ピアノコンサート	ピアニスト「杉谷昭子」氏と関西フィルハーモニー管弦 楽団によるコンサートです。(全席自由席)	小学生以上	前売2000円 当日2500円	要問合せ	橋本市産業文化会館 42-5070
H23.3/17 13:30～ 3/18・19 10:30～	キッズらんど 「お好み焼きを作ろう」	お肉とキャベツがいっぱい入ったお好み焼きを、ホット プレートで焼いて食べよう。	2歳以上の未就学児親子 各15組	100円	要 3/16・17・18	きしかみ子ども館 32-5094
H23.3/18 10:00～15:00	スクラップブックングを 楽しもう。	アメリカで始まった素敵なアルバム作りです。フリーイ ンフリーアウト。	市内在住の保護者の方	300円～	不要	はらだ子ども館 33-0330
H23.3/20 14:00～15:00	こどもとおとなの 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 ます。(絵本コーナー)	どなたでも 30名	無料	不要	橋本市図書館 33-0899
H23.3/23・24・25 15:00～	さくらのタペストリー	さくらの花の下でお花見をしよう。三色だんごもおいし いよ。	小学生 各24名	100円	要 3/19・23・24	きしかみ子ども館 32-5094
H23.3/26 1日4回開催	読み聞かせ会	絵本や紙芝居の読み聞かせ(絵本コーナー) 11:00～・12:00～・13:00～・14:00～	就学前の幼児と その保護者 30名	無料	不要	橋本市図書館 33-0899
H23.3/26 14:00～15:00	おはなし会	絵本や紙芝居、エプロンシアターなど (児童コーナー)	幼児・小学生 30名	無料	不要	図書館高野口分館 42-3701

にこにこランド（移動児童館）

- ・日程・会場（各体育館）
H23. 1/29（土）応其小学校
2/ 5（土）清水小学校
- ・時 間
10:00～12:00（午前10時までに集合してね）
- ・参加費
100円（当日集めず）
※幼稚園児・保育園児・幼児は保護者同伴で来てね。

じどうかんから飛び出して、
みんなのところに行くよ！

- ・持ち物
体育館シューズ(上靴)、水筒、タオル
- ・申込締切
各開催日前の水曜日
- ・内 容
「ウレタン人形」手作り工作、ゲーム、紙芝居、大型絵本、
楽しく遊べる遊具、その他メニューがいっぱい！



問い合わせ・申し込み きしかみ子ども館 TEL・FAX32-5094



冬の かんたん☆朝ごはん



ほうれん草とチーズのいい豆腐



【材料 1 人分】

ほうれん草 30g 生しいたけ 10g にんじん 10g
豆腐 80g 土生姜 6g カテージチーズ 20g
ごま油 5cc しょうゆ 15cc 砂糖 3g みりん 3cc

【作り方】

- ① ほうれん草は2～3cmに切り、にんじん、土生姜、生しいたけはあらい目の千切りにする。
- ② 豆腐は水を切ってからあらい目にくずしておく。
- ③ カテージチーズを1cm角に切っておく。
- ④ 鍋にごま油を入れて熱し、①の材料を入れて炒める。
②を加え、火が通るまで炒め、十分火が通ったところに③を加え、調味料で味つけをする。味つけは好みで調整する。



うどん入りミルク鍋

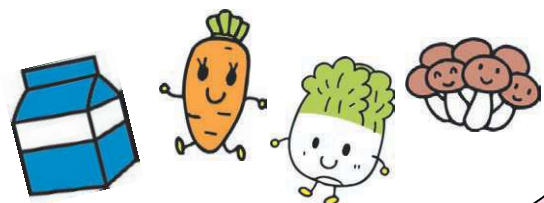
寒い冬はミルク鍋で体をあたためましょう。

【材料 1 人分】

うどん 1/2 袋 生鮭 30g 鶏むね肉 20g 油あげ 5g
はくさい 50g 大根 20g にんじん 10g しめじ 10g
ねぎ 6g だし汁(和風) 150cc 塩 少々 しょうゆ 10cc
酒 6g 牛乳 50cc

【作り方】

- ① 生鮭はひと口大に切り、むね肉はそぎ切りにして薄塩をしておく。油あげは1cmの短冊切り、はくさい、大根、にんじんはあらい目の千切りにする。しめじは茎を切りバラしておく。
- ② 鍋にだし汁を入れ、煮上がってきたら①の材料を入れて煮る。
アクをのぞき、材料がやわらかくなったら味つけをする。
- ③ ②にうどんを加え、ほぐれたら牛乳を加える。沸騰直前で火をとめ器に盛り、2cm ぐらいに切ったねぎを飾る。
味を見て好みで調整する。



※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。

お問い合わせは、教育委員会 家庭教育支援室まで

発行日 平成 22 年 12 月 15 日

発行 橋本市教育委員会

編集 橋本市家庭教育支援チーム

〒648-8585 橋本市東家一丁目1番1号 (TEL0736-33-1111 内線 1381)

