

げんきっこ

family

秋の号



おもな内容

- | | | | |
|-----|----------|-----|----------|
| 2~3 | 親子の居場所ほか | 6~7 | 秋のイベント情報 |
| 4 | 読書のページ | 8 | イクメンパパほか |
| 5 | かんたん朝ごはん | | |



「グランマのおうち」は趣のある和風の一軒家で、その名のとおりおばあちゃんの家に戻ってきたような優しい気持ちになる、ほっこりあたたかな居場所です。



親子の居場所

橋本市には子育て中の親子がほっとひと息つける場所があります。ぜひのぞいてみてくださいね。



「このほっとルーム」は橋本おやこNPOが運営しています。明るく広い空間で自由に過ごせるルームでは、大人も子どもものんびり過ごせます。また、月に数回楽しいイベントも企画しています。



問い合わせ先は2、3ページに掲載しています。

親子が安らぐ場所



「子育てについて話す人がいない」「どこで遊ばせたらいいかわからない」こんなふうに思ったことはありませんか？
橋本市には、「ちょっと疲れたとき、ひと息つきたいとき」過ごせる場所があります。ぜひ一度のぞきに行ってみてください。あなたにぴったりの居場所、見つかるかもしれません。

祝日・年末年始・警報発令時はお休みです。
日程が変更される場合もありますので、事前に電話で確認をしてください。

子育て広場

「子育て広場」は子ども館・児童館の幼児ルームで、親子で楽しく自由に遊べる憩いの広場です。
定期的に開催されている幼児教室では、手作り教室や手遊びが企画され、ママも子どもも楽しく参加できます。
また、館の開館時間中は、幼児ルームをいつでも自由に利用することができます。

★子ども館・児童館

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



きしかみ子ども館 子育て広場

子育て支援センター

「子育て支援センター」は橋本市に4ヶ所あり、親子交流の場と子育ての相談などを行っています。
利用時間など各センターによって異なりますので、くわしくはお問い合わせください。

【このほっとルーム】	神野々368-2 神野々ふれあい会館 2F	☎32-9345
利用時間	月～金曜日 午前10時～午後3時半（午後12時～12時半昼休憩）	
【キオラクラブ】	高野口町向島 166 高野口こども園内	☎43-1305
利用時間	月～金曜日 午前10時～午後3時	
【ポトフのおなべ】	あやの台 2-30-2 ムーミン谷子ども園内	☎34-7870
利用時間	月～金曜日 午前10時～午後3時	
【さくらんぼルーム】	隅田町上兵庫 267 すみだこども園内	☎33-1121
利用時間	月～金曜日 午前9時～午後2時	

教育相談センター

教育相談センター 32-1512

「教育相談センター」は学校での心配事やいじめ、不登校相談などを受けつけています。
また、不登校の子どもたちの適応教室（憩いの部屋）も開いています。
詳しくは電話でお問い合わせください。

・開設時間 月～金曜日 午前9時～午後5時



いっしょに子育て



グランマのおうち

子育てサポートネットワーク「ほっとシッター」のスタッフが運営しています。おばあちゃんのようなスタッフと一緒に、子育ての楽しさやつらさ、子どもの成長を分かち合える仲間づくりをしませんか？

- ・場所 妻2-5-5（スパ-セター奥前）
- ・開所日 毎週月、水曜（祝日、8月休）
- ・問い合わせ 080-2540-7266

※「グランマのおうち」出張所もあるよ！

子育て ほっとルーム
第1木曜（祝日休）午前10時～12時
城山小学校地域交流センター「北校舎1階和室」

スーパーキッズ

橋本市及び近隣在住の障がいのある児童を持つ保護者が中心となって、様々な活動を行っているサークルです。
遠足、水泳、キャンプ、ハイキング、クリスマス会などの楽しい活動を企画したり、障がいのある児童のためのスポーツクラブを運営したりしています。

見学、体験ともに事前に申し込みが必要です。まずはお問い合わせください。

- ・活動日 第2、4土曜（週により日曜）
- ・問い合わせ できるだけメールで
(橋本) kankan3745@cosmos.ocn.ne.jp
0736-36-0269（電話・FAX）
- ※スポーツクラブ 第2、4水曜日
午後7時半～午後8時半（三石小体育館）

子育て相談サロン be with

子育てサロン「be with」は、11月より子育て相談サロン「be with」としてリニューアルします。
困ったことを相談したり、和気あいあいと子育てについて語り合ったり、学び合ったりするあたたかい空間です。子育てに関心のある方は、お気軽にお立ち寄りください。

- ・開所日 第3金曜 午前10時～12時
- ・場所 教育文化会館3階幼児室
- ・問い合わせ 080-6121-6167（松本）
- ※乳幼児同伴可、参加費は無料です。

母親交流会 part II

橋本市在住の、発達にまつまきのある子どもを持つ親の会です。行事の企画や、情報交換などを行い、子どものよりよい発達と環境づくりを目指し、親同士とともに学び、支え合い成長していく場として活動しています。

- ・活動日 第4火曜 10時～12時（行事によって異なります）
- ・場所 教育文化会館
- ・問い合わせ kuboyoshi4545w@zeus.eonet.ne.jp
(久保) 0736-38-2363（電話・FAX）

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」

お勉強はちょっと苦手というA君。でもいつも笑顔いっぱい、なんだか楽しそうなんですよ。
図書館の時間に借りてきた本、一緒に読もうよと声をかけたら、「ううん、家で読む！」って、きっぱり断られました。そして家で本の読み方を教えてくれました。一行目をA君が読んで、次の行をママが読む。かわりばんこに読むんだって♡なんて素敵♡

計算嫌いって言いながら、少しずつ正解率UP！黒板写すのが苦手…でも、書き直しがぐんと少なくなってきました。A君の素直な前向きさの秘密はママとの「かわりばんこの読書タイム」にあるのかな♡それはA君を包みこむふんふんかの居場所♡居場所の中でママとA君の気持ちは歯車みたいに噛み合っています。そしてプラスの方向にコトコト動き出しているのです。

子どもたちが心待ちにする居場所はどこでしょ。お風呂？ お買物？ 晩ごはん？ スポーツ？ 何もかもをぴったり合わせなくていいのです。何かひとつが噛み合ったら、そこが子どもの「伸びる力を支えるもと」になりますよ。わが家オリジナルの子ども居場所、見つけよう♡



おうちで本を開いていますか

子どもの居場所



子どもの居場所。
それはお友達の中、家族の中、お父さんのおひざ、お母さんの胸の中、そして自分自身を好きになること…。
子どもの居場所。
いっぱいあるといいですね。

題名/そのままのキミがすき
作/木村裕一 絵/西村香英
出版/PHP 研究所



いつもドンばかりしていても…
漢字が書けなくて、計算が遅くても…
わがままでときどきいじわるでも…
そのままのキミでいいんだよ。

題名/おとん
作/平田昌広
絵/平田 景
出版/大日本図書



「おとん」は
「パパ」でも
「お父さん」でも
「お父様」でも
「おとうちゃん」でもなく、
やっぱり「おとん」。

「おかん」もあります。

題名/だっこして
文/エクトル・シエラ
絵/村上康成
出版/佼成出版社



「だっこして、だっこして」
ちっちゃいたこはいつもいっています。
おかあたこはいつもだっこしてくれます。
あしははっぴんあるのでもべんりです。

題名/じゃがいもポテトくん
作・絵/長谷川義史
出版/小学館



じゃがいものじゃーむすは、家族、親せきの
みんなで北の国から八百屋さんに来ました。
それぞれ買われていき、家族はバラバラに…
ところが月曜のお昼に再会をはたします。
いったいどこで？



題名/みんなであそび わらべうた
編・遊び方指導/近藤信子
絵/梶山俊夫
出版/福音館書店

赤ちゃんや幼い子どもに呼びかけるように
歌いかけると、心が通じ合うのが感じられ、
みんなで遊ぶとあたたかいつながりが生まれ
ます。遊び方や楽譜もっています。

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、「家談」に関する講座を展開しています。

教えて！となりの朝ごはん

秋の かんたん☆ 朝ごはん



カルシウムオーフントースト



【材料1人分】

トースト 1枚 卵 1個
ちりめんじゃこ 5g 砂糖 小さじ1
とろけるチーズ 25g マヨネーズ 適量

【作り方】

- ① 深めの耐熱皿に卵を溶きほぐし、砂糖、マヨネーズを入れて混ぜる。
- ② ちりめんじゃこを①の卵液の中に入れ、さっくり混ぜる。
- ③ ラップをせずに②をレンジで40秒加熱し、一度取り出して箸で大きくかき混ぜる。様子をみながらそれをくり返し、スクランブルエッグを作る。余熱で火が通るのでやわらかめでOK。
- ④ トーストに③のをせ、その上にチーズをのせて焼く。チーズが溶けたらできあがり。

野菜カレースープ

【材料1人分】

ベーコン 25g さつまいも 70g 山芋 50g にんじん 15g
しいたけ 15g キャベツ 80g オクラ 15g 玉ねぎ 50g
(ほかに冷蔵庫にある野菜の残り、なんでもOK)
水 300cc 固形スープ 1個 カレールー 1個

【作り方】

- ① ベーコンは千切り、野菜はそれぞれ一口大に切る。
- ② ベーコンを油をひかずいためる。
- ③ ②に水を入れ、野菜を入れて煮る。
- ④ 野菜が柔らかくなったら、固形スープを入れる。
- ⑤ 最後にカレールーを溶かし入れる。

■カレールーの代わりにしょうがを入れたり、片栗粉でとろみをつけたりとバリエーションを楽しんで。



栄養士さんからの ひとこと



食欲の秋、天然のきのこ類がたくさん出まわってきます。
きのこはビタミンB1、B2、Dをたっぷり含んでいるので、
いっぱい食べてくださいね！



イタリアンスープ



【材料1人分】

玉ねぎ 30g セロリ 10g にんじん 10g キャベツ 30g
しめじ 10g しいたけ 10g ハム 15g スパゲッティ 15g
トマトジュース 100cc 水 100cc バター 大さじ2
粉チーズ 大さじ 1/2 塩こしょう 少々

【作り方】

- ① ハムと野菜は細切りにし、バターで炒める。
- ② ①にトマトジュースと水を加えて煮る。
- ③ ②の野菜がやわらかくなったら、スパゲティを小さめに折って入れる。
- ④ ③のスパゲティが煮えたら、塩こしょうをして味をととのえる。
- ⑤ 器に盛り、粉チーズを振りかける。パセリがあればみじん切りをして散らしてもよい。温かいうちにどうぞ。

※けんぎっこでは、「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」を編成しており、「食」に関する講座を展開しています。

“みがけ!五感 みがこう!五感”

すこやか橋本 まなびの日

子どもから高齢者の方まで世代を越えて集い、心身ともに健康な人づくり、あたたかいふれあいの地域づくりをめざして開催します。

● **日時** 11月25日(日) 9:30~14:30

● **場所** 県立橋本体育館

● **内容** 手作り工作いろいろ、発表会、ゲーム、スタンプラリー、フックガイダンス、おもしろ算数・数学教室、ワクワクおもしろ科学教室、キッズ英語、点字・手話・お筆・華道・カフラ体験、おもちゃ病院、PARK ライフラリー、子ども足形スタンプ、足裏重心バランス測定、子ども歯科指導、環境フェア、防災教育、模擬店、バザーなど楽しい催しがいっぱい!

● **問い合わせ** 教育委員会 社会教育課内 まなびの日実行委員会 TEL33-6112 (直通)



イクメンパパ、 見つけた!

育児に携わっていると、子どもの成長の一瞬一瞬を見逃さないのととても良かったとおっしゃる南口さん。趣味はなんと料理で、特に親子丼は、ママでもかなわないほどの腕前なんだとか。

育児って難しいなと思うのは、姉妹けんかが始まったときだそうです。

♥ママからひとこと

仕事で疲れているのに、進んで手伝ってくれてありがとう♥ 私のワガママも聞いてくれるし、グチもうまくかわしてくれるし、本当に感謝しています。これからも家族の思い出たくさん作っていきましょうね!

みなみくちまきあき
パパ・南口匡哲さん
ひなの
陽菜乃ちゃん(8才)
ひるりの
陽世里ちゃん(5才)
ひろの
雄陽くん(0才)



※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。

教育委員会 家庭教育支援室「げんきっこ・イクメンパパ、見つけた!」係 (TEL33-1111 内線1381)