

家庭教育情報誌 2012

はしもとし



おもな内容

2~3 自分を守るためにほか

4 読書のページ

5~7 夏のイベント情報

かんたん☆朝ごはん



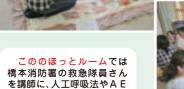


市内の各学校や園などでは、地域の特徴に合った学校 防災教育マニュアルを作成し、地域と学校が協力した防

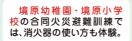
災訓練を行っています。 今後はさまざまな場面を想定した避難訓練が大切に なってきます。

ため、訓練も工夫されています。

Matellio C & O E OIL



Dの使い方を実習。







自分を守るために



災害は突然やってきます。災害から身を守るためには、日ごろからどんなことがおきるか、そのときどうすればよいかをイメージしておくことが大切です。自分や子どもに何が起きるのか想像して、自分の家庭にあった防災対策をしておきましょう。

いざというとき命を守るために、ひとりひとりができることを家族で話し合ってみてください。

1. わが家の在全をチェックしよう。

地震が起きると、倒れた家具や落ちてきた物でけがをすることが考えられます。倒れた家具は外へ逃げるときの障害にもなります。こうした被害は「家具を固定する」「家具の上に物を置かない」などのちょっとした工夫で防ぐことができます。家の中をチェックし、危険な箇所があれば安全対策をとっておきましょう。

★安全チェックポイント

- 1. 家具の転倒防止対策をしていますか。
- 2. 重いものや危ないものを高い位置に置いていませんか。
- 3. ガラスに飛散防止フィルムを貼っていますか。
- 4. 玄関までの通路に倒れそうな家具はありませんか。
- 5. 火元付近に燃えやすいものはないですか。

2. 持ち出し品を用意しよう。

必要最低限のものをまとめておき、すぐに取り出せる場所に保管しておきましょう。用意した ものを一度持ってみて、いざというとき持ち出せるか確認しておくことも大切です。

★食料(3日分)

米、インスタント・レトルト食品、缶詰、 お菓子 (アメ・ビスケット・チョコなど) など、 子どもの食べなれたものを用意しておくと安心 です。

★飲料水(1人1日3リットルが目安) ペットボトル飲料など

★救急医薬品 (いつも使っている薬など) 救急セット、常備薬、マスクなど

★貴重品

現金 (小銭含む)、保険証・運転免許証のコピー、 緊急連絡先のメモなど

★生活用品

携帯ラジオ、懐中電灯、電池、ライター、雨具、 軍手、ビニール袋、タオル、ティッシュ、ラップ、 新聞紙、使い捨てカイロ、着がえなど

★赤ちゃんのいる家庭

母子手帳、ミルク、哺乳びん、離乳食、紙おむつ、 おしりふき、着替え、おもちゃなど



定期的に中身をチェックして、賞味・消費期限が近づいたものから入れかえ、 携帯ラジオや懐中電灯なども使えるかどうか確認するようにしましょう。

3. 家族で防災会議を開こう。

災害は突然やってきます。災害がおこったとき、落ち着いて適切な行動がとれるように、日ごろから どんなことが起きるか、そのときどうすればよいかをイメージし、自分の家庭にあった防災対策をし ておくことが大切です。

いざというとき、命を守るために、ひとりひとりができることを家族で話し合っておきましょう。

★家族防災会議で確認しておきたいこと

- 1. 地震が起こった時の身の守り方
- 2. 家族が離れている時に災害が発生した場合の連絡方法
- 3. 避難場所(公民館や学校など、会う場所を決めておく)
- 4. 火の始末、非常持ち出し品などについて
- 5. 応急手当の仕方 ※避難はできるだけ2人以上で!

子どもはとても敏感です。災害やもしもの場合について家族で話し合うときは、子どもの不安をあおるようなことがないようにしましょう。もし大きな災害がきても、まわりの大人が子どもを守ってくれること、学校や家は安全な場所であることなどを伝え、安心させてあげてください。

防災わかやまメール配信サービス

「防災わかやまメール配信サービス」は、県内の気象情報や避難勧告などの緊急情報を携帯電話等の電子メールで 即時に知らせてくれるサービスです。警報の発令などを知りたいときや地震や土砂くずれなどの情報を知りたいときなど に役立ちます。

≪配信情報≫

気象警報・注意報(市町村単位)、地震・津波情報、土砂災害警戒情報、 台風情報、雨量情報、河川水位情報、避難発令情報など

≪登録方法及び登録変更方法≫

・方法① アドレス「regist@bousai.pref.wakayama.lg.jp」宛てに 空メールを送信。

・方法② 右記QRコードを携帯電話に読み込んで、メールを送信。



※具体的な登録方法等は、下記ホームページ内の「防災わかやまメール配信サービス」の「利用マニュアル」 をご利用ください。

http://www.pref.wakayama.lg.jp/bousai/

清ではっぴい



支援チーム員「ちょっとちゃん」

正直に話してくれてうれしいって思うことありますよね。心にうかんだ、そんなほんわか言葉を書きとめましょう(つぶやきノート)…が、前回のはっぴーあどばいすでした。

今回も、子どもがあったかい気持ちになれるメモのエピソードです。

お仕事が休めなくて見に行けない運動会。そのお母さんはお弁当と一緒にフレーフレー赤組♥の小さなメモをつけました。硬筆の清書の日、かき方鉛筆を削って、うまく書けますように♥のメモと一緒に筆箱に入れました。ずっと後になって、この二つのメモが子どもさんの引き出しの中にあることが分かったそうです。捨てるのを忘れていただけかも…と話されていましたが、そうでしょうか? 捨てるのなら空のお弁当箱と一緒に渡しますよね。何度か読み返したのではないでしょうか。

子育ての中のひと手間。そのひと手間がどうつながっていくのか、なかなか分かりません。 子育ては長~い種まき作業が続きます。私たち支援チームは子育てに寄り添い、応援します。

ときには一緒にため息もつきましょ。



あうちで本を聞いていますか





夏の号のテーマは防災です。6月の台風4号では、県下でも大雨による被害がありました。被災された皆様には心よりお見舞い申し上げます。台風、地震、津波など、避けることのできない自然災害ですが、その被害を最小限にくいとめ、子どもたちの生命をまもるため、日頃から防災について家族で考え、話しあっておくことが大切ですね。





題名/津波!! 命を救った稲むらの火原作/小泉八雲 文・絵/高村忠範 出版/汐文社

和歌山県広川町で 1854 年の安政南海地震で実際にあった 「稲むらの火」のお話です。 5才頃~

題名/津波!! 稲むらの火 その後 文・絵/高村忠範 出版/汐文社

津波のあとの広川町の復興の姿が力強く描かれています。 皆で作った大防波堤は、昭和の南海地震から町の人々を守り ました。 小学校~

親子の地震

題名/じしんのえほん こんなときどうするの? 作/国崎信江 絵/福田岩緒 監修/目黒公郎 出版/ポプラ社

おうちで、公園で、教室で、地震がきたらどうし たらいいの?

子どもたちが身を守るためにできることを、わかりやすく伝えます。 小学校低学年~



題名/親子のための地震マニュアル 2011 年度版 著者・企画・編集/インパクト 出版/日本出版社

題名/モグラ博士の地震たんけん 作・絵/松岡達英 構成/松村由美子 監修/溝上 恵 出版/ポプラ社

「地震ってどうして起きるの?」 モグラ博士といっしょに、地震が起きるしくみを 探しに地面の中を探検してみましょう。 小学校~



東日本大震災後に改訂された最新版です。「こんなとき地震がきたら…」と地震時のシミュレーションが 読み物形式で書かれています。

イラストも豊富なので、親子で一緒に地震から身を 守る具体的な方法を考えるための参考に。



題名/地震の夜にできること 文・絵/松本春野 出版/角川書店

東日本大震災後、不安をかかえる子どもたちと保 護者の心のケアのために描かれました。

巻末には「子どもの不安にどう向き合うか(汐見 稔幸)」のコラムを掲載。

幼児~大人



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。



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。



又同か問知を心にいるコージーは、すじに定義に注している場合があります。こう不つださい。						55
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
毎週火·木曜 14:30~15:15	ちびっこ親子教室	親子のスキンシップを楽しむ、水慣れ、水遊びの水泳 教室。入会金1000円 無料体験有	満4歳未満の未就学児親子 各10組	月4000円~ 5500円	要 受付中	市温水プールレインボー 42ー5077
7/18 ~H25.3/13	ジュニア フットサルスクール	フットサルの楽しさをまず体験してみてください。 初心者、未経験者対象。水曜16:00~ 夏休11:00~	5歳~小学生	300円	当日受付日程問合せ	県立橋本体育館 32-9660
7/19~H25.2 全16回 19:00~21:00	こども狂言 in はしもと	日本の伝統芸能を学んで、舞台に立とう。	小学3学生~ 中学3年生 15名	1人 3000円	要 受付中 日程問合せ	橋本市民会館 33-6108
7/21~H25.3/31 詳細は問合せ	自然体験クラブ	橋本市運動公園、郷土の森の自然にふれて学ぼう。	小学4年~6年生 20名	年間1000円 と毎回500円	要 受付中 お早めに	橋本ひだまり倶楽部 32-5151(土日)
7/21~8/31(日月休) 13:00~15:00	きしかみ・はらだ子ども館 プール開場	子ども館のプールで楽しく泳ごう。 持ち物一 <u>水泳帽</u> 、水着、タオル、着替え、水筒(お茶)	どなたでも 未就学児は保護者同伴	無料	不要	きしかみ 32-5094 はらだ 33-0330
7/22 13:00~	JTマーベラス ジュニアバレーボール教室	JTマーベラス(女子Vリーグ)の選手によるバレーボール教室を見にきませんか?	どなたでも 観覧のみ	無料	教室受付終了 観覧OK	県立橋本体育館 32-9660
7/23~H25.3/11 月曜 19:30~21:00	バドミントンサークル	バドミントンでリフレッシュしませんか? 初心者歓迎。 用具貸出可	小学生~大人	300~500円	当日受付 日程問合せ	県立橋本体育館 32-9660
7/24·31 8/7·14·21	ボランティア体験 ※教育文化会館3F	①10:00~11:30 点字体験教室 ②13:30~15:00 手話体験教室	小学4年生以上 各15名	無料	要 受付中	※市社会福祉協議会 33-1294
7/24-25-26-27	勾玉づくり	古代人のお守りを作ろう。 ①9:00~12:00 ②13:30~16:30	小学生以上 各15名 3年生以下は保護者要	300円	要 受付中	あさもよし歴史館 33-0211
7/24~28 5日間	夏休み短期水泳教室	基礎から段階別に練習します。 ①9:30~10:30 ②10:40~11:40	満5歳~中学生 ①30名 ②40名	5000円	要 受付中	市温水プールレインボー 42−5077
7/24 ①13:30~ ②15:00~	書道教室	JA書道の宿題をしよう。	小学生 各15名	無料	要 受付中	隅田地区公民館 34-2312
7/24·8/18 14:00~ 7/25~27 10:00~	夏休み工作教室① ウェルカムボード	アイロンビーズでウェルカムボードを作ろう! 文字を変えるとルームボードにもなるよ!	小学生 各20名	150円	要 7/21·24·25 26·8/17	きしかみ子ども館 32-5094
7/25·8/22 9:30~10:20	夏休みジュニアスポーツ トレーニング無料体験会	ラダー等を使って、遊びながら運動神経を伸ばすトレーニングをします。(両日参加OK)	小学2年~6年生 25名	無料	要 受付中	県立橋本体育館 32-9660
7/25 10:00~	押し花教室	押し花を使ってオリジナルノートや風鈴を作ろう。	小学生 15名 3年生以下は保護者要	500円	要 7/21	恋野地区公民館 33-2458
7/25·8/23 13:30開演	映画まつり	何を上映するかは当日のお楽しみ。	小学生	無料	要 受付中	隅田地区公民館 34-2312
7/25•27·31·8/21 14:00~	夏休み工作教室 コロコロ貯金箱を作ろう	真夏のイメージいっぱいの貯金箱。 お金がコロコロころがるのがとってもおもしろいよ。	小学生 各15名	100円	要 7/24·26 28·8/18	名古曽児童館 42-5560
7/25 10:00~ 7/26·8/23 15:30~	夏休み工作教室 I フォトフレーム	ステキな折りたたみのフレームを作ろう。	小学生 各10名	300円	要 7/24·25·8/22	はらだ子ども館 33-0330
7/26・8/3(両日参加) 13:30~	石粉粘土で作品作り	サインプレートを作ろう。	小学生 15名 3年生以下は保護者要	300円	要 7/22	恋野地区公民館 33-2458
7/26 10:00~	手ごねピザ作り	ピザ、サラダ、手づくりドレッシングを作って食べよう。	小学生 20名	500円	要 受付中	隅田地区公民館 34-2312
7/26・8/3(両日参加) 10:00~12:00	石粉粘土で作品作り	サインプレートを作ろう。 2日間で形作りと色付けをするよ。	小学生 15名 3年生以下は保護者要	300円	要 7/22	学文路地区公民館 34-1546
7/26·31·8/18 14:00~	夏休み工作教室	ねんどのカップケーキ屋さん	小学生 各15名	200円	要 7/25·28·8/17	友愛児童館 42-5004
7/27 10:00~12:00	書道教室	お習字の練習をしよう。	小学生 15名 3年生以下は保護者要	無料	要 7/25	学文路地区公民館 34-1546
7/27·8/24 13:30~	絵画教室	自分の描きたい物を描こう。	小学生 各15名	30円 画用紙代	要 7/26·8/23	友愛児童館 42-5004
7/28·8/19 13:30~ 全2回	親子陶芸教室	自分で作った作品を暮らしの中に!	小学生の親子 12組	1組 500円	要 受付中 電話受付不可	高野口地区公民館 33-3111
7/28 17:30~21:00 (雨天時 7/29)	夏まつり ※三石台中央公園グラウンド	盆おどりや模擬店、ゲームもあるよ。	どなたでも	_	_	※紀見北地区公民館 33-2867
7/28・8/25・9/22・ 10/27 1日4回開催	読み聞かせ会	絵本や紙芝居の読み聞かせ 10:30~・11:30~・13:00~・14:00~	就学前の幼児と その保護者 各30名	無料	不要	橋本市図書館 33-0899
7/28 15:00~	キャンプファイアの集い	ゲーム、大道芸などを楽しもう。 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 7/22	恋野地区公民館 33-2458
7/28 13:30~16:00	陶芸教室	世界でひとつ! オリジナルの作品を作ってみよう♪	小学生 20名 3年生以下は保護者要	1,000円	要 7/25	学文路地区公民館 34-1546
7/28·9/1 14:00~	ふれあいルーム 卓球教室	初めての人でも楽しめます。卓球クラブの人が基礎 から指導してくれます。	小学2年生以上 各10名	無料	要 7/27·8/31	名古曽児童館 42-5560
7/28 14:00~ 8/22 10:00~	カーネーションクラブ ブリザードフラワー	小さな鉢にすてきなミニバラとアジサイをアレンジ。	市内在住の小学生・親子 各15組	600円	要 7/27·8/21	友愛児童館 42-5004
7/29 10:00~12:00	ぶっくんクラブ ダンボールエ作	好きな本の絵をかいて、ダンボールの額ぶち工作をしてかべかけを作ります。	小学生 20名	無料	要 7/20	橋本市図書館 33-0899
7/29 9:00~16:00	梱包テープ作品作り	平面のテープが立体の作品に早変わり。	小学生 20名	300円	要 受付中	橋本地区公民館 34-2750
7/30.•8/2•9 9:00~11:30	夏休み 炎の卓球教室	伊都卓球連盟の先生が指導してくれるよ。 技術向上から初心者まで。	小学3年~中学生 25名	小1回300円 中1回400円	要 受付中	県立橋本体育館 32-9660
7/31 10:00~15:00	絵本のひろば &おはなし会	いろんな絵本が大集合! 先着50名にミニプレゼントがあるよ♪ ※おはなし会 10:30~11:10	どなたでも	無料	要 電話受付中	高野口地区公民館 33-3111
7/31 10:00~11:30	こどもルーム よみきかせ会	「ぐりとぐらえほんの会」の読み聞かせ。まっくらな部屋でちょっぴりこわい絵本とおはなし。	小学生	無料	不要	紀見地区公民館 33-2302
7/31 13:30~16:00	型染め友禅教室	自分だけのTシャツをつくろう。	小学生 20名	500円	要 受付中	橋本地区公民館 34-2750

5

# 19-2-1 10000~	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
2.2 1000-01-1000	7/31 • 8/21 14:00~ 8/1 • 2 • 3 10:00~		フォトフレームにも小物入れにも使い方は自由だよ。		200円		
19:00	8/1 10:00~16:00 8/2 10:00~15:00	えほんのひろば	2日間だけのえほんのおまつり	どなたでも	無料	不要	1-7
1500		茶道教室	基本的なお茶の作法を体験しよう。		300円		34-2312
13-30 - 15:00	15:00~	盆踊り教室	盆踊りサークルの人が優しく指導してくれます。	各15名	無料	7/31-8/7	42-5560
930- かわかや手作 千年代学 1,00 40 60 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	13:30~15:00		かわいいキーホルダーを作ろう。	20名	300円	受付中	34-2750
9300~1600	9:30~	- 1 1. · ·		20名	500円	受付中	34-2312
14:00	9:00~16:00		マイクロバスで行くよ。	3年生以下は保護者要	500円	7/21	34-1546
24.2000~ 宣称か上作数型 中本に対している。	14:00~				100円		42-5560
3/2-18 15:00~ 対きを持つる。 対きを持つる。 対きを持つる。 対きを持つる。 対きを持つる。 対きを持つる。 対きを持つる。 対きを持つる。 対きを対していまった。 対さを対していまった。 対さを対していまった。 対さを対していまった。 対さを対していまった。 対さを対していまった。 対さを対していまった。 対さを対していまった。 対なが、	8/2·10·21 14:00~	夏休み工作教室	牛乳パックで作るピエロの貯金箱		150円		
19.30 全面 子でも参考家 関係の関係。まれいまで書作らようにならう。 15名 無料 電話受付不同 33-3-311 33-3-3-311 33-3-3-3-3-3-3-3-3-3-3-3-3-3-3-3-3-3-	8/2 10:00~ 8/3•18 15:00~		小さなおうちの貯金箱だよ。		150円		33-0330
3-30 - 11-30 日本では事故	8/3·8/10 13:30~ 全2回	子ども書道教室	夏休みの間に、きれいな字を書けるようになろう。		無料		
38-04 滑川ゴムルンコで	8/3 9:30~11:30	毛筆·硬筆教室	夏休みの宿題を仕上げよう。	20名	100円		34-2750
13-30~ マイハッグ作り 第2-3	8/3 9:30~	ちぎり絵	色紙でカニのおやこを作ろう。		500円		
1500~ 新来の 野北の神を吹てに乗めたしよう。 15名 500叶 安全中 34-2312 1500~ 5かちか羊も乾室 かえらちゃんと水漁のかわいい海がを作う。 小字生 15名 34年以下は長限者室 500円 7/28 34-1546	8/4 13:30~		消しゴムハンコで簡単オリジナルバッグを作ろう。		500円		33-3111
1000~ 10000~ 10000~ 10000~ 10000~ 10000~ 10000~ 10000~ 10000~ 10000~ 10000~ 10000~		藍染め	身近な物を使って藍染めをしよう。		500円		
8/29 10000~ ガラスのフォトフレース	8/7 10:00~12:00	ふわふわ羊毛教室	かえるちゃんと水滴のかわいい飾りを作ろう。		500円		34-1546
### 24-7710-79-79	8/7 14:00~ 8/28 10:00~		おしゃれなフレームに可愛くペイントしよう!		300円		42-5004
38/8-9-10-11 無のもプレスショウラの 1930の一1200 (2月330~1630 3字生以下に保護者妻 300円 29付中 33-0211 33-0211 33-0211 33-0211 35-0211 33-0211 33-0211 34-0312 33-03111 330~ 34-0312 33-03111 330~ 34-0312 33-03111 330~ 34-0312 33-03111 330~ 34-0312 33-03111 330~ 34-0312 33	8/7·24 14:00~ 8/8·9·10 10:00~				200円		
13:30	8/8-9-10-11	麻ひもブレスレットづくり			300円		
2治3日 子ともリーダー素原が勝った。		木工教室	ゆらゆら揺れるブランコ型の小物入れを作ろう。		500円		
13:30~16:00 製子で果しも型染め友神 無地のTシャツを染めよう。 3年生以下は保護者要 500円 8/4 34-1546 8/9 20名 34-2458 8/9 7/31 33-2458 8/9 7/31 33-2458 8/9 7/31 33-2458 8/9 7/31 33-2458 8/9 7/31 33-2458 8/9 7/31 33-2458 8/9 7/31 33-2458 8/9 7/31 33-2458 8/9 7/31	2泊3日	子どもリーダー養成研修					22-5530
330〜 型葉め友神体験	13:30~16:00	親子で楽しむ型染め友禅	無地のTシャツを染めよう。		500円		34-1546
## 受付中 34-2312 34-2312	13:30~	型染め友禅体験	巾着またはコースターに型染め友禅	3年生以下は保護者要	500円	7/31	33-2458
8:30~15:00 ※ひだまりの郷 5。	8:30~	写生教室	隅田八幡神社の境内に集合。		無料		34-2312
14:00	9:30~15:00	※ひだまりの郷		10名	500円	8/4	34-1546
10:00 ~ 手毛作的学室 う。 3年生以下は保護者要 500円 電話受付不可 33-3111 30:00 ~ 12:00 リース作り ビーズを使って飾り付けしよう。 小学生 15名 3年生以下は保護者要 300円 8/4 34-1546	1 '				150円		
10:00~12:00 10-ス作り 10-ス作り 10:00~ 34年以下は保護者要 300円 8/4 34-1546 8/14・9/11・10/9 あかちゃんと あかちゃんと約かあさんと絵本の、ほのぼのとしたひ 乳幼児とその保護者 条30名 無料 不要 標本市図書館 33-0889 8/14 10:00~ 夏休み 子ども映画会 何を上映するかは当日のお楽しみ! 小学生 一	8/11 10:00~	羊毛作品手作り教室			500円		
11:00~ 絵本のひととき とときをすごしていただくおはなし会。 各30名 無料 不要 33-0899 8/14 ①10:00~ 夏休み 子ども映画会 何を上映するかは当日のお楽しみ! 小学生 無料 要 受付中 34-2750 8/17	8/11 10:00~12:00	リース作り	ビーズを使って飾り付けしよう。		300円		34-1546
②13:30~ 子ども映画会 刊を上映するかは当日のお楽しみ! 小学生 無料 受付中 34-2750 34-2750 8/17 1:30					無料	不要	
9:30~11:30 毛津教室 競書会の練音をしよう。 20名 無料 受付中 33-2656 8/17 10:00~ デコアート教室 ペンダントをかわいくデコっちゃおう♪ 小学生 16名 300円 要 受付中 電話受付不可 高野口地区公民館 33-3111 8/17 13:15~ 児童劇 巡回事業 影絵を楽しもう! プロの劇団『角笛』による上演。花さき山、かげえと遊 ぼう、つのぶえのうたなど予定。大人も楽しめます。 100名 無料 要 8/16 当日参加可 きしかみ子ども館 32-5094 (3/18 2)9/28・29 10:30~ キッズらんど ①子ども館の大きなブールで遊ぼう。 ②お月見だんごを作ろう。 幼児親子 各15組 ①1無料 ②100円 要 8/17 9/27・28 きしかみ子ども館 32-5094 8/21 10:00~ 音楽教室 ハンドベルを楽しもう。 小学生 15名 30円 10名 要 8/18 女是児童館 42-5004 8/21 13:30~ ふれあいルーム 夏休み絵画教室 好きなおもちゃやお人形を描こう。 10名 3年生以下は保護者要 無料 要 8/10~8/18 要 8/10~8/18 33-2350 8/22 13:30~ のんびり映画会 何を上映するかは当日のお楽しみ。 小学生 31:00 30円 要 8/1~8/18 電野地区公民館 34-2312 8/22・19:30~ ②13:30~ デコアート デコアートでキーホルダー作り。 小学生 各15名 30円 要 9付中 間田地区公民館 34-2312 8/22・23 絵画教室 いつもと違う色の塗り方で、身近な野菜を楽しく描こ 小学生 30円 要 きしかみ子ども館			何を上映するかは当日のお楽しみ!	小学生	無料		
10:00~ アコアート教室 ヘンダントをかわいくアコつちゃおうか 16名 300円 電話受付不可 33-3111 8/17 13:15~ 児童劇 巡回事業 影絵を楽しもう! プロの劇団『角笛』による上演。花さき山、かげえと遊 ぼう、つのぶえのうたなど予定。大人も楽しめます。 100名 無料 要 8/16 当日参加可 きしかみ子ども館 32-5094 ①8/18 ②9/28・29 10:30~ キッズらんど ①子ども館の大きなプールで遊ぼう。 ②お月見だんごを作ろう。 幼児親子 各15組 ①1無料 ②100円 要 8/17 9/27・28 きしかみ子ども館 32-5094 8/21 10:00~ 音楽教室 ハンドベルを楽しもう。 小学生 15名 無料 要 8/18 女受児童館 42-5004 8/21 13:30~ ふれあいルーム 夏休み絵画教室 好きなおもちゃやお人形を描こう。 小学生 10名 30円 画用紙代 要 8/18 はらだ子ども館 33-0330 8/22 13:30~ のんびり映画会 何を上映するかは当日のお楽しみ。 小学生 30名 3年生以下は保護者要 無料 要 8/1~8/18 第7-2458 8/22 ①9:30~ ②13:30~ デコアート デコアートでキーホルダー作り。 小学生 各15名 30円 要 受付中 隅田地区公民館 34-2312 8/22・23 絵画教室 いつもと違う色の塗り方で、身近な野菜を楽しく描こ 小学生 30円 要 きしかみ子ども館	8/17 9:30~11:30	毛筆教室	競書会の練習をしよう。		無料		
13:15~ 影絵を楽しもう! ぼう、つのぶえのうたなど予定。大人も楽しめます。 100名 無料 当日参加可 32-5094 ①8/18 1の8/18 1の9/28・29 10:30~ キッズらんど ①子ども館の大きなプールで遊ぼう。②お月見だんごを作ろう。 幼児親子名 15組 100円 9/27・28 32-5094 8/21 音楽教室 ハンドベルを楽しもう。 小学生 15名 無料 8/18 変要児童館 42-5004 8/21 ふれあいルーム 夏休み絵画教室 好きなおもちゃやお人形を描こう。 小学生 30名 30円 画用紙代 8/18 ま/18 33-0330 8/22 のんびり映画会 何を上映するかは当日のお楽しみ。 3年生以下は保護者要 8/1~8/18 第/1~8/18 33-2458 8/22 ①9:30~ ②13:30~ デコアート デコアートでキーホルダー作り。 小学生 4615名 300円 要 受付中 関田地区公民館 34-2312 8/22・23 絵画教室 いつもと違う色の塗り方で、身近な野菜を楽しく描こ 小学生 30円 要 きしかみ子ども館	8/17 10:00~	デコアート教室	ペンダントをかわいくデコっちゃおう♪		300円		
②9/28・29 10:30~ キッスらんと ②お月見だんごを作ろう。 各15組 ②100円 9/27・28 32-5094 8/21 10:00~ 音楽教室 ハンドベルを楽しもう。 小学生 15名 無料 要	8/17 13:15~			100名	無料		
10:00~ 音楽教室 ハンドベルを楽しもつ。 15名 無料 8/18 42-5004 8/21 ふれあいルーム 夏休み絵画教室 好きなおもちゃやお人形を描こう。 小学生 10名 30円 画用紙代 要 8/18 はらだ子ども館 33-0330 8/22 13:00~ のんびり映画会 何を上映するかは当日のお楽しみ。 小学生 3年生以下は保護者要 無料 要 8/1~8/18 恋野地区公民館 33-2458 8/22 ①9:30~ ②13:30~ デコアート デコアートでキーホルダー作り。 小学生 各15名 300円 要 受付中 隅田地区公民館 34-2312 8/22・23 絵画教室 いつもと違う色の塗り方で、身近な野菜を楽しく描こ 小学生 30円 要 きしかみ子ども館	19	キッズらんど					
13:30~ 夏休み絵画教室 好きなおもちゃやお人形を描こつ。 10名 画用紙代 8/18 33-0330 8/22 13:30~ のんびり映画会 何を上映するかは当日のお楽しみ。 小学生 30名 3年生以下は保護者要 無料 要 8/1~8/18 恋野地区公民館 33-2458 8/22 ①9:30~ ②13:30~ デコアート デコアートでキーホルダー作り。 小学生 各15名 300円 要 受付中 隅田地区公民館 34-2312 8/22・23 絵画教室 いつもと違う色の塗り方で、身近な野菜を楽しく描こ 小学生 30円 要 きしかみ子ども館	8/21 10:00~	音楽教室	ハンドベルを楽しもう。		無料		
13:00~ のんひり映画会 何を上映するかは当日のお楽しみ。 3年生以下は保護者要 無料 8/1~8/18 33-2458 8/22 ①9:30~ デコアート デコアートでキーホルダー作り。 小学生各15名 300円 要分付中 34-2312 8/22・23 絵画教室 いつもと違う色の塗り方で、身近な野菜を楽しく描こ 小学生 30円 要 きしかみ子ども館	1 '		好きなおもちゃやお人形を描こう。				
②13:30~ アコアート アコアートでキーボルダー作り。 各15名 300円 受付中 34-2312 8/22・23 絵画教室 いつもと違う色の塗り方で、身近な野菜を楽しく描こ 小学生 30円 要 きしかみ子ども館	8/22 13:00~	のんびり映画会	何を上映するかは当日のお楽しみ。		無料		
		デコアート	デコアートでキーホルダー作り。		300円		34-2312
	8/22•23 14:00~						

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
8/23 9:30~11:30	子ども絵手紙教室	水彩絵の具を使った、絵手紙教室。	小学生 20名 3年生以下は保護者要	100円	要 受付中	西部地区公民館 33-2656
8/23 9:30~11:30	シーサー作り	オリジナルシーサーを作ろう。	小学生 20名	500円	要 受付中	橋本地区公民館 34-2750
8/26 10:00~15:00	夏休み こどもまつり	手作り、ゲーム、絵本、ビー玉ころがし、カプラなど。 子ども館を丸ごと使って遊ぶよ。	幼児以上 未就学児は保護者同伴	無料	不要	きしかみ子ども館 32-5094
8/27·9/10·10/15 9:30~11:30	それいけわんパーク ※ <u>会場:橋本体育館</u>	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
8/28 10:00~	アレンジフラワー	造花でスクラップブッキングをしよう。	小学生 20名	500円	要 受付中	隅田地区公民館 34-2312
8/28 15:30~	お楽しみタイム	ゲーム、読み聞かせ、手遊びなど、いろんな出し物を 用意しています。	小学生 30名	無料	要 8/25	きしかみ子ども館 32-5094
①8/28②9/7 10:00~	すくすくクラブ	①魚のぴったんこボードー海のお魚が泳いでいるよ。 ②パッチンうさちゃん一写真やメモがはさめるよ。	幼児親子 各10組	100円	要 8/25•9/6	はらだ子ども館 33-0330
8/29 13:30~	手芸教室	フェルトでお花を作ろう。	小学生 10名 3年生以下は保護者要	500円	要 8/1~8/22	恋野地区公民館 33-2458
8/30 13:30~	夏休み書道教室	硬筆、毛筆どちらでもOK!	小学生 10名 3年生以下は保護者要	無料	要 8/1~8/23	恋野地区公民館 33-2458
9/4~8 16:00~	WEEKくらふと! ビーズくらぶ	ビーズでつくったパーツをペットボトルに貼りつけて、かわいい小物入れにしよう。	小学生 各24名	100円	要 9/1·4·5·6·7	きしかみ子ども館 32-5094
9/5·12 15:30~ 9/15 15:00~	秋の工作教室 竹とんぼ作り	オリジナル竹とんぼを秋の空に飛ばそう!	小学生 各15名	100円	要 9/4·11·14	名古曽児童館 42-5560
9/8·12 15:30~	手作り工作 ブックカバー	フェルトのカバーにワンポイントのキャラクターをつけ よう。	小学生 各15名	200円	要 9/7•11	友愛児童館 42-5004
9/16 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 ます。	どなたでも 30名	無料	不要	橋本市図書館 33-0899
9/19·26 15:30~	リトルクッキング 月見だんご作り	お月見だんごを作って食べよう。	小学生 各15名	100円	要 9/26	名古曽児童館 42-5560
9/19·29 15:30~	わくわくクッキング お月見だんご	毎年恒例になったおつきみだんごづくり。 みんなで楽しく作ろう!	小学生 各24名	100円	要 9/15•28	きしかみ子ども館 32-5094
9/26·29 15:30~	うきうきクッキング お月見だんご	ころころ丸めておだんごを作ろう。	小学生 各10名	100円	要 9/25•28	はらだ子ども館 33-0330
第2期9/27~11/29 木曜 全10回	ファミリースポーツ教室	リズム体操、マット運動等、幼児が楽しみながら参加できます。託児有 ①9:30~10:30 ②11:00~12:00	満3~4歳の未就園児と その保護者 各15組	全10回 5,000円	要9/6 受付開始	県立橋本体育館 32-9660
9/28 10:30~	子育で広場 絵本の時間	幼児さんの絵本の読み聞かせです。	幼児 15名	無料	要 9/27	名古曽児童館 42-5560
9/29 14:30~	ふれあいルーム ライブコンサート	ロックバンドのお兄さんたちが生演奏で楽しく歌ってくれます。みんな聞きに来てね!	小学生 20名	無料	要 9/28	名古曽児童館 42-5560
10/3•6•10 15:30~	牧場のひつじを作ろう	のどかな牧場の風景がかわいい飾りだよ。	小学生 各10名	150円	要 10/2·5·6	はらだ子ども館 33-0330
10/7	親子クッキング	家でも作れる! 簡単ナン作り	県内在住の小学生以上の 子どもとその親 10組	1人 1000円	要 9/25	紀北青少年の家 22-5530
10/10 15:30~ 10/13 15:00~	ハロウィンの手作り教室	かぼちゃにかわいい飾りをつけるよ。	小学生 各15名	200円	要 10/6•12	友愛児童館 42-5004

①7/27•8/24 ②9/21	スクラップブッキング を楽しもう	10:00~12:00 アルバム作り 12:00~15:00 自由制作・交流会	①市内在住の親子 ②市内在住の保護者	300円~	不要	はらだ子ども館 33-0330
①7/24·8/23 ②9/25	スクラップブッキング	10:00~12:00 アルバム作り 12:00~15:00 自由制作・交流会	①市内在住小学生親子各15組 ②市内在住の保護者	300円~	要 7/21·8/22	友愛児童館 42-5004
7/31 10:30~	ママタイム 夏の寄せ植え	かわいいお花を植えましょう♪	市内在住の保護者 10名	300円	要 7/28	はらだ子ども館 33-0330
8/22·31 10:00~	ママタイム 手作りを楽しもう	コットンで作るマイ・バッグ	市内在住の保護者 各10名	1000円	要 8/21•30	はらだ子ども館 33-0330
9/11 13:30~ 9/14 10:00~	ママ倶楽部 スウィーツデコ	リクエストの多かったスウィーツデコが初登場! 今回 はストラップが作れます。	市内在住の保護者 各15名	300円~	要 9/8•13	きしかみ子ども館 32-5094
9/19·25 10:00~	ママタイム ちりめんのうさぎ飾り	ほのぼのとしたうさぎを作って飾りましょう。	市内在住の保護者 各10名	300円	要 9/15•21	はらだ子ども館 33-0330
9/21 10:30~	マザールーム フレーム工作	写真を飾るボード作りを楽しみませんか。	市内在住の保護者 10名	200円	要 9/20	名古曽児童館 42-5560
10/5 10:30~	カーネーションクラブ ハロウィンの手作り教室	パンプキンのポットに飾りをつけましょう。	市内在住の保護者 10名	300円	要 10/4	友愛児童館 42-5004

ワクワクかもしろ利学教室

- ・内 容 飛行のふしぎ
- ~ブーメラン・トルネード筒をつくろう~ ・参加料 無料
- ·対 象 小学4年生~6年生(3年生以下は保護者同伴)
- ・定 員 各20名
- ・申 込 現在受付中(申込時、定員に達している場合有) 紀見北、高野口公民館は電話受付不可です。
 - ※申し込み・問い合わせは各地区公民館へ

★開催日時・会場(公民館)

113:30~15:30

7/29紀 見(33-2302)・8/ 2高野口(33-3111)

8/ 4 学文路 (34-1546) · 8/11 隅 田 (34-2312)

8/22西 部(33-2656)・8/24恋 野(33-2458)

29:30~11:30

8/10紀見北(33-2867)・8/30橋 本(34-2750)





教えてりとなりの朝ごはん

かんだんなん

そうめんチャンプルー



【材料1人分】

そうめん 1 束 シーチキン缶詰 小 1/2 缶 玉ねぎ 1/2 個 ピーマン 1/2 個 にんじん 1/2 本 和風だし(顆粒)少々 めんつゆ又はだししょうゆ 適量 ごま油 少々

【作り方】

- ① そうめんを固めにゆがく。シーチキンは油をきっておく。
- ② 玉ねぎは細めのくし切り、ピーマン、にんじんはせん切りにして、薄く油をしいたフライパンで炒める。
- ③ 野菜に少し火が通ったら、シーチキン、そうめんを加え、和風だしを入れて炒める。
- ④ 仕上げにめんつゆをなべ肌から回し入れ、香りづけにごま油を少々ふり入れる。
- ■おとな用には紅ショウガをのせるとおいしいよ。

とろろ焼き

【材料1人分】

卵 1 個 長芋 約 100 g ピザ用チーズ 20 g 小口ねぎ 少々 和風だし (顆粒) ふたつまみ

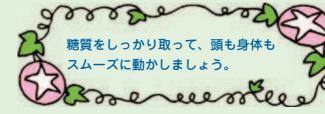
A(マヨネーズ、めんつゆ又はだししょうゆをそれぞれ好みの量混ぜ合わせる) 【作り方】

- ① 卵を器に割りほぐしておく。長芋はすりおろす。
- ② ①を合わせて混ぜ、さらに和風だし、ピザ用チーズも入れて混ぜる。
- ③ フライパンに薄く油を引き、②をフライパンに流し入れ、菜ばしで大きく混ぜながら焼く。火が通ってきたらひっくり返し、両面を焼く。
- ④ チーズが溶けたら器に盛り、ソースをかけ、仕上げに小口ねぎを散らす。
- ■とんかつソースやお好み焼きのソースをかけてもおいしい。 またシーチキン、豚肉などを加えて、晩ごはんにもどうぞ!





栄養士さんからの ひとこと



豆腐スープ・リゾット風

栄養士さんのおすすめスープ



【材料1人分】

きゃべつ 70g にんじん 20g 絹ごし豆腐 80g 卵 1 個 生わかめ 10g ごはん 70g 塩こしょう A(水 200g 洋風スープの素 6g)

【作り方】

- ① キャベツはひと口大、にんじんは大きめの千切りにする。
- ② 生わかめは水洗いして、2 cm くらいに切る。絹ごし豆腐はひと口大に切り、水気を切っておく。
- ③ 鍋に A を入れ、煮上がったら①を入れて煮る。
- ④ ③に②とごはんを加えて2~3分煮、塩こしょうをする。
- ⑤ ④に溶き卵を回し入れ、半熟状に焦がさないよう仕上げる。
- ■チーズを加えてもおいしいよ。

※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飯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。

